



## ... e si riparte .....

Il CN UISP del 28 giugno ha completato l'organigramma dell'Associazione. Tra queste nomine ci sono stati anche i Coordinatori dei Settori Di Attività (SDA). La riconferma di Michele Chendi, apre il lavoro della definizione, nelle prossime settimane, di tutto il nostro organigramma. Quasi tutti i Regionali UISP hanno nominato i loro Coordinatori e anche loro stanno definendo gli incarichi. Si riparte per un altro quadriennio, sempre con poche risorse, tanti

problemi ma anche una grande forza che ci viene dalla fedeltà e dalla capacità del nostro corpo associativo.

Si riparte anche da una nova Convenzione con la FIJLKAM. Come sapete c'è un nuovo Presidente, il M° Giovanni Morsiani, che ha proposto una nuova convenzione. I rapporti con il Presidente, faentino, che conosco dai tempi in cui era Presidente regionale della federazione emilia-romagnola, sono ottimi, però la Convenzione in varie parti non ci piace. Nonostante ciò la firmeremo. Si

sono ostinati a fare una convenzione uguale per tutti gli EPS. Questo implica che ci sono articoli non rivolti a noi ma che cmq ci danno fastidio. C'è l'impegno a stilare un documento successivo per risolvere alcuni temi posti dalla convenzione stesa (vedi limite di età per gli arbitri ...).

Firmiamo per tutelare le asd che hanno la doppia affiliazione e per dare ai territori un'opportunità di collaborazione nell'interesse dei praticanti e dello sviluppo delle discipline.

(F.B.)

### Sommario

- **La formazione UDA**
- **I Campionati di Judo e Karate**
- **Campionati Qwan Ki Do**
- **Esami Liguria**
- **Raduno CN Aikido Kai**
- **Addio Debora**
- **GTS – Sq agonistica Karate**
- **Torneo Judo Kenshiro Abbe**



## La formazione UISP Discipline Orientali

In 6 anni abbiamo avuto 369 partecipanti al corso di formazione insegnanti. La media età ha oscillato dal 38 al 44 nei vari anni. La presenza femminile tra il 20% ed il 34%.. Circa il 50% di laureati e altrettanto di diplomati.

	2019	2020	2021	2022	2023	2024	
<b>JUDO</b>	23	11	13	17	16	12	92
<b>KARATE</b>	8	11	8	9	18	17	71
<b>JU JUTSU/SDP</b>	6	1		3	5	4	19
<b>AIKIDO</b>	4	5	5	5	10	2	31
<b>TAICHI/QIGONG</b>	33	4	10	16	12	23	98
<b>KFWS</b>	10	6	2	7	5	4	34
<b>MUAY THAI</b>		1	1	3	4	10	19
<b>PUGILATO</b>		1	1		1	2	5
	84	40	40	60	71	74	<b>369</b>



# Seminario UDA per la Qualifica Insegnanti



Classe 2019



Classe 2020



Classe 2021



Classe 2022



Classe 2023

## UDB On demand

### **Per tutti i tesserati UISP è ora disponibile la Piattaforma On Demand per lo svolgimento del modulo formativo UDB – Unità Didattiche di Base.**

Il corso UDB è diviso in moduli contenenti video-lezioni. Alla fine di ogni argomento sarà necessario rispondere al test presente sotto la rispettiva video-lezione; la lezione risulterà superata in caso di risposta esatta a tutte le domande. Le video-lezioni possono essere interrotte e riprese, è possibile tornare indietro nella visione e, unitamente al test possono essere ripetute. Una volta completate tutte le lezioni e superato i test, verrà riconosciuta nell'Albo Formazione UISP Nazionale la frequenza del corso UDB. Per svolgere il modulo UDB On Demand i Tesserati UISP dovranno iscriversi direttamente

sulla Piattaforma all'indirizzo <https://formazione.uisp.it> Il login unico UISP prevede l'accesso alla Piattaforma utilizzando le stesse credenziali della AppUISP. Nel caso non si disponga delle credenziali è necessario utilizzare la procedura di recupero delle stesse presente nella AppUISP. Si ricorda che la AppUISP è di-

sponibile gratuitamente nello store del proprio smartphone (Google Play per Android o Apple Store per sistemi Apple). Una volta effettuato l'accesso alla Piattaforma è possibile selezionare il corso UDB ed effettuare l'iscrizione. Il costo del corso per tutto il territorio nazionale è di € 20,00 da versarsi a cura del partecipante a UISP nazionale attraverso PagoPA. Una volta effettuato il pagamento,

dalla piattaforma PagoPA, l'accesso al corso sarà contestuale all'effettivo pagamento. Nel caso in cui, entro il giorno successivo, l'accesso al corso non fosse ancora consentito, si raccomanda di NON effettuare un nuovo pagamento, ma di segnalare il problema scrivendo all'indirizzo tecnico di posta elettronica [formazioneonline@uisp.it](mailto:formazioneonline@uisp.it) allegando la ricevuta di avvenuto pagamento che verrà inviata via e-



in caso di esito positivo, il tesserato verrà indirizzato alla pagina web del corso. Tra l'effettivo pagamento e l'abilitazione alla frequentazione del corso potrebbe intercorrere qualche minuto, per cui, in caso di mancato accesso, sarà necessario attendere e riprovare. Per gli eventuali pagamenti in differita previsti

mail all'indirizzo associato all'anagrafica del socio nella piattaforma di tesseramento nazionale UISP. Il Settore Formazione e Ricerca UISP Nazionale è a vostra disposizione all'indirizzo [formazioneericerca@uisp.it](mailto:formazioneericerca@uisp.it) tel. 06.43984305 per eventuali chiarimenti e necessità.

Discipline Orientali UISP

# Formazione Insegnanti 2025

Rimini 23/26 ottobre 2025

<https://www.uisp.it/discorientali/pagina/corsoinsegnanti2025>

## Percorso formativo

**UDB** (Unità didattica di base): 10 ore on line ondemande. Non è previsto esame. Si possono fare in qualunque momento.

**UDA** (Unità Didattica di Apprendimento): Corso di Rimini

**UDD** (Unità Didattica Disciplinare) Consiste o in un corso nazionale o regionale, o di ore di tirocinio secondo quanto previsto dai singoli Settori disciplinari.

Per ottenere la Qualifica di Insegnante/Educatore dovrà aver svolto tutte e 3 le fasi (UDB; UDA; UDD) e aver superato l'esame delle materie trasversali/integrative e disciplinare tecnico/didattico).

**ISCRIZIONI:** entro il 1 ottobre 2025 inviando modub d'iscrizione a [f.biavati@uisp.it](mailto:f.biavati@uisp.it).

Scaricare e cominciare a studiare i **materiali didattici**:

<http://www.uisp.it/discorientali/pagina/materiale-didattico-1>

**ESAMI: 22/23 – 29/30 Novembre 2024**

Stage Nazionale Insegnanti (Modena).

## Corso Nazionale UDA

**23/26 ottobre 2025**

EURHOTEL \*\*\*\* Viale Faenza, 5, Rimini

Inizio giovedì ore 13.30

## Materie

Area normativa: le regole e la strategia formativa dell'UISP
Area normativa: le regole e la mission associativa delle DO
Area Educativa: le disabilità nelle discipline orientali
Area normativa: le responsabilità dell'insegnante
Storia e filosofia: oriente ed occidente
Area educativa: la strategia del linguaggio verbale
Area educativa: il linguaggio non verbale
Area educativa: elementi base di una comunicazione efficace
Area educativa: concetto di educazione, principali modelli didattici
Area medico-biologica: anatomia, fisiologia, alimentazione, traumatologia, primo soccorso ...
Metodologia dell'allenamento
Principi di medicina orientale (solo per il Tai Chi/Qi Gong)

Per info: Franco Biavati [f.biavati@uisp.it](mailto:f.biavati@uisp.it) 348/6975047

# Campionato Nazionale UISP di JUDO 2025

**Riccione**

**26 e 27 aprile 2025**

Quest'anno ci siamo ritrovati a Riccione nello splendido Play Hall, che conoscevamo per averci fatto lo Stage Tecnico/ Agonistico Nazionale nel 2023 e dove, per la prima volta, abbiamo fatto i nostri Campionati Nazionali di Judo. Nei 2 giorni di gara, sui 3 tatami si sono alternati oltre 400 atleti, molti dei quali con prestazioni eccellenti. I combattimenti sono stati tutti molto vivaci e tutti gli atleti hanno dimostrato molto carattere nel voler esprimere un judo bello ed efficace e nel mettere tanta volontà nella

ricerca dell'Ippon. E queste belle cose si sono viste in tutte le categorie di genere, età e peso, oltre a venire evidenziate dai pochissimi combattimenti terminati al Golden Score e questo è un segnale importante, che ci dà la misura della volontà di praticare un judo positivo sempre alla ricerca di un risultato, riducendo al minimo gli atteggiamenti esageratamente statici, difensivi e passivi. Buone le prestazioni di tutti gli Ufficiali di Gara, che hanno gestito i combattimenti con competenza e professionalità e, a tutti loro, vanno i nostri ringraziamenti. Ringraziamenti che rivolgiamo

anche all'Amministrazione del Comune di Riccione che ci ha messo a disposizione il Play Hall, agli amici del Kiai Riccione e a tutti i collaboratori e i volenterosi che si sono impegnati nei vari ambiti organizzativi.



Arrivederci, sempre più numerosi, ai Campionati Nazionali del 2026, in Lombardia.

*Claudio  
Bufalini*



## Indirizzario Mail Discipline Orientali UISP

Le ASD che non ricevono le nostre circolari sono pregate di inviare la propria Mail alla segreteria [disciplineorientali@uisp.it](mailto:disciplineorientali@uisp.it) specificando:

- denominazione
- regione
- disciplina/e

per la/le quali si vuole ricevere le circolari



# Campionato Nazionale UISP di Judo 2025



Potete scaricare le Classifiche dal sito: <https://www.uisp.it/discorientali>

# Campionato Nazionale di Karate UISP 2025

Il 24 e 25 maggio presso il Palazzetto dello Sport di Guastalla RE si è svolto il Campionato 2025. Come già da diversi anni, si è svolto con impeccabile organizzazione e zero incidenti. Il ringraziamento va a tutti: al M° Mordacci ed il suo Staff, agli Organizzatori UISP Discipline Orientali e Settore Karate; agli Ufficiali di gara, ai Coach e soprattutto agli atleti venuti anche da lontano.



Grazie a tutti e alla prossima edizione 2026.

(FB)



Potete scaricare le Classifiche dal sito: <https://www.uisp.it/discorientali>

# Campionato Nazionale di Karate UISP 2025



# Campionato Mondiale Qwan Ki DO

11/12/13 aprile 2025 Lodi

## Classifica

HONG LONG BACH LONG

\*medaglia bronzo\* in tecnica

femminile:

Benjedda Noa

BACH HO

\*medaglia bronzo\* in tecnica

femminile:

Romeo Giorgia

KUNG FU ALA

\*medaglia bronzo\* in tecnica

femminile:

Bressan Chiara

\*medaglia bronzo\* in tecnica  
maschile

Ribboli Raffaele

Mitul Danu

Savoiani Filippo

DAO PADOVA

\*medaglie Bronzo\* in combat-  
timento maschile :

Botnari Augustin

Dorobantu Marco

Stratulat Gabriel

\*medaglie Bronzo\* in combat-  
timento femminile :

Zhu Hanni

Chistol Diletta

Bressa Chiara

Ababii Maddalena

Romani Alessia

Circei Giulia

\*medaglie Bronzo\* in tecnica

femminile:

Pieti Claire

Zhu Hanni

Chistol Diletta

\*medaglie Bronzo\* in tecnica

maschile:

Dorobantu Marco

Botnari Augustin

Stratulat Gabriel

SOFFIO DEL DRAGO

\*medaglia oro\* in tecnica fem-  
minile :



Melissa Musitelli

Emma Dinardo

Gloria Bianchini

Cecilia Magnani

Viola Bonvicini



# Campionato Mondiale Qwan Ki DO

\*medaglia oro\* in tecnica maschile:

Leandro Fusar Poli

Leandro Fusar Poli

Matteo Boriani

\*medaglia argento\* in tecnica femminile:

Federica Pagani

\*medaglia argento\* in tecnica maschile:

Giorgio Zeni

\*medaglia argento\* in combattimento maschile:

Ruben Aschiero

\*medaglia bronzo\* in combattimento femminile:

Mya Moschetti

Emma Dinardo

\*medaglia bronzo\* in tecnica femminile:

Eleonora Dedè

Camilla Bassan

Angelica Razzetti

Mya Moschetti

Beatrice Bolis

Federica Pagani

Alice Migliorini

Gloria Bianchini

Viola Bonvicini

Cecilia Magnani

Victoria Boni

\*medaglia bronzo\* in tecnica maschile:

Riccardo Cecchi

Andrea Rossini

Gianpaolo Lotta

Matteo Lieto

Ruben Aschiero



## Esami nella Regione Liguria



Domenica 8 giugno il settore DO UISP Liguria ha concluso le attività dell'anno sportivo 2024/25 con un'intensa attività tecnica nel Palazzetto dello sport di Genova Marennesse. Il mattino, è stata dedicata agli esami di 1° e 2° dan per judo e ju jitsu e al pomeriggio ad un corso seminariale tecnico e sull'arbitraggio per il Ju Jitsu. E' stata una bella giornata trascorsa in pieno spirito UISP. I due gruppi

(judo e ju jitsu) hanno lavorato sul programma d'esame come conclusione del corso regionale di preparazione. Ciò ha permesso di non creare cesure tra la parte formativa e quella valutativa che sono diventate una conseguenza l'una dell'altra. Il tutto si è svolto con il massimo impegno di tutti ma, nello spirito del "Ji ta kyo ei". Al pomeriggio quindici maestri di ju jitsu si sono confrontati su aspetti didat-

tici e regolamentari del Fighting System e su come applicare questo tipo di competizione nell'attività UISP. I lavori sono stati coordinati dal M° Matteo Repetto e da Chika Costantini arbitro mondiale. Questa giornata è stata un buon viatico per il prossimo anno sportivo che si inizierà con uno Stage di apertura dell'attività il 12 Ottobre condotto dal M° Ezio Gamba.

*Pino Tesini*

## Raduno Cinture Nere Aikido Kai 2025

Domenica 15 giugno 2025 nella asd Seikukai di San Lazzaro di Savena BO si è svolto il Raduno Cinture nere dell'Aikido Kai UISP. Le lezioni sono state dirette dai Maestri Barduco e Biavati (purtroppo i docenti Tonelli,

Francia e Castaldini che 2° DAN e 1 per 1° DAN. Vi erano in programma per stata, altresì, la cerimonia di motivi diversi non hanno consegna dei gradi alti: 5° DAN ai potuto essere presenti). 30 Maestri Pezzoli Emilio (BS) e partecipanti provenienti da Cinzia Longo (GE); 6° DAN a Piemonte, Lombardia, Emilia Pensabene Giancarlo (GE); 7° R. Liguria, Friuli VG e Veneto. DAN a Barduco Massimiliano Si sono svolti 3 esami per CN (GE) e Biavati Franco (FE/BO).



# Ciao Debora



ricordo di te Debora. Anche a fine aprile quando ci siamo visti l'ultima volta, al campionato nazionale di Judo a Riccione. Ormai la malattia evidentemente era progredita in maniera definitiva ma tu sempre sorridente, e io mi sono sempre chiesto come facevi, io non ne sarei capace. Hai combattuto con tutte le tue forze, Debora, hai resistito più di quanto si poteva sperare,

hai estratto il biglietto vincente, ma forse no, forse hai avuto modo di godere la vita più di molti di noi. Ora ci lasciamo con quel tuo caldo abbraccio. Gabriele Verona, nostro responsabile agonisti e suo compagno, che gli è stato vicino fino alla fine, mi dice che vorrebbe essere ricordata come "la guerriera sorridente", allora è alla guerriera sorridente che noi diamo l'ultimo saluto e in qualche modo rimarrai viva nei ricordi di chi ti ha conosciuto. Ciao Debora.

(FB)

Debora si è spenta il 5 giugno 2025, alle ore 5.00. Per chi non ha avuto la fortuna di conoscerla, Debora è stata una nostra Judoka, una nostra agonistica. Una brava Judoka e una brava agonista. La ricordo nei campionati e soprattutto allo CSIT a cui ha partecipato. Una praticante tecnicamente preparata e con una personalità coinvolgente, praticando un Judo come si dovrebbe fare, con rigore e gioia. Poi la malattia. Una che non dava speranza ma lei ha lottato per anni, nella vita come ha fatto sul tatami, con coraggio, con il sorriso, almeno, io, è così che mi

ma lo sapevi anche tu che questa battaglia non si poteva vincere. Hai spiegato a tutti noi con quanta dignità si possa affrontare una malattia così cattiva. Oggi siamo tutti tristissimi, soprattutto i tuoi familiari e i tuoi tantissimi amici. Io invidio chi crede, riescono a dare un senso a questo dolore, io no. E' lo spietato ciclo della natura che non ha sentimenti ma perpetua solo se stessa. Non c'è nulla da capire, è così e basta e nella sua causalità e casualità non riserva a tutti noi lo stesso destino. Purtroppo tu Deborah non



11° appuntamento

Sabato 21 giugno 2025



	Tecnici	Agonisti
15.00/16.00	<i>Uchikomi</i> - M° Caprioli	15.00/16.30
16.00/17.00	<i>Nage waza: yoko ukemi; osoto gari (BS/U/Gjd); Seoi nage (H3/J); Kata guruma (E/S)</i> M° Franzoni (8° DAN Resp. Naz. CTN Judo)	KATA M° Biavati
17.00/18.00	<i>Kansetsu waza: shiho nage (KD/Gk); Nikkyo (Gk/KS); Kote-gaeshi (Gk); Juji garami (Jt); Ude garami: (Hij/U/M/W/KS...)</i> M° Biavati	16.30/18.00 KUMITE M° Caprioli

Polisportiva Corassori - Via Newton, 150 Modena

Confermare a [f.biavati@uisp.it](mailto:f.biavati@uisp.it)

Sabato 21 giugno in una Modena torrida, presso la Pol. Corassori si è svolto il GTS con le lezioni del M° Caprioli sull'utilizzo dell'uchi komi, a seguire una lezione del M° Franzoni (Resp.le Naz.le CTN Judo UISP) su alcune proiezioni (Osoto gari, Ippon seoi nage, Kata guruma). Successivamente il M° Biavati ha contestualizzato queste tecniche nei Kata, ha, poi proseguito la lezione su alcune leve espresse o sottese in alcuni Kata: shiho nage, nikkyo, kotegaeshi, juji garami, ude garami. In contemporanea si è svolto il raduno degli agonisti. Per il Kata coordinato dal M° Biavati, coadiuvato dal M° Belli e per il Kumite dal M° Caprioli, coadiuvato dai Maestri Sanfilippo e Barbagallo. Mentre per il Kumite si è stabilizzato un gruppo affiatato, per il Kata il lavoro sarà lungo e bisognerà trovare un metodo nuovo.



# Squadra agonistica in Sardegna



Straordinaria impresa azzurra al campionato internazionale SEIWAKAI di Oristano: 15 medaglie per l'Italia. Oristano, 29 e 30 giugno 2025 – Trionfo per la nazionale italiana UISP al campionato internazionale disputato a Oristano, in Sardegna, dove cinque atleti azzurri hanno conquistato complessivamente 15 medaglie: ciascuno ha portato a casa 2 ori e 1 argento. Guidati dal Maestro Domenico Caprioli e dall'arbitro Massari Davide. I protagonisti dell'impresa sono stati il Capitano Riccardo Monti, Luca Marotta, Samuele Rebellato, Gioele Brotto e Alberto Micchi.



La competizione ha visto la partecipazione di undici nazioni: Canada, Francia, Germania, Grecia, Inghilterra, Italia, Portogallo, Slovacchia, Stati Uniti, Svizzera e Ungheria. In un contesto di altissimo livello tecnico ed agonistico, gli azzurri hanno saputo



commentato a fine giornata il M° Caprioli. Gli ha fatto eco Massari Davide, che ha sottolineato come *“la coesione del gruppo sia stata determinante per affrontare una competizione così impegnativa”*. Il doppio oro e l'argento conquistati da ciascun atleta testimoniano il livello di eccellenza raggiunto dalla selezione italiana UISP, in un





## SEIWAKAI EUROPE SEMINAR

SEIICHI FUJIWARA - HANSHI • 9<sup>TH</sup> DAN  
 VASSIE NAIDOO - HANSHI • 8<sup>TH</sup> DAN - RASTISLAV MRÁZ - HANSHI 8<sup>TH</sup> DAN - ABEL FIGUEIREDO - KYOSHI • 8<sup>TH</sup> DAN  
 PAL GILA - KYOSHI • 7<sup>TH</sup> DAN - LUIGI STANZIANO - KYOSHI • 7<sup>TH</sup> DAN

**27<sup>TH</sup> / 28<sup>TH</sup> JUNE 2025**

DAN GRADING: JFK GOJUKAI - SEIWAKAI



## INTERNATIONAL KARATE CHAMPIONSHIP

**29<sup>TH</sup> JUNE 2025**

**ITALY - SARDINIA - ORISTANO**

VENUE: PALA SPORT LOC. SA RODIA  
 ORGANIZATION BY SEIWAKAI JFK GOJU KAI ITALIA  
 WWW.SEIWAKAIITALYEVENTS2025.IT

IN COLLABORAZIONE CON



imporre con prestazioni impeccabili, distinguendosi per preparazione, spirito di squadra e determinazione. Le gare, disputate tra sabato e domenica, hanno regalato spettacolo e forti emozioni al pubblico accolto da tutta l'isola. L'Italia ha dominato in diverse specialità, salendo ripetutamente sul gradino più alto del podio e mantenendo una costanza di rendimento impressionante. *«Questi ragazzi hanno dato tutto, dimostrando che il lavoro svolto negli appuntamenti agonistico UISP ripaga sempre»*, ha



# TORNEO INTERNAZIONALE A SQUADRE **MEMORIAL KENSHIRO ABBE**

Organizzato da Budo Semmon Gakko Genova

**UNDER 18 M: 55,60,66,73,+73**  
**UNDER 18 F: 48,52,57,63,+63**  
**OVER 18 M: 66,73,81,90,+90**  
**OVER 18 F: 52,57,63,70,+70**

**INFO:**  
**ANDREA REVELLI**  
**+39.3474661340**  
**reve.judo@gmail.com**

**SABATO 13 SETTEMBRE**  
**ARENZANO**



Il **Kiai**, nelle arti marziali, è il suono gutturale che accompagna alcune tecniche nel kata o nel kumite. È un modo per esprimere, direzionare, la massima energia ed insieme scaricare la tensione, per riequilibrare lo stato fisico e mentale. Il Kiai può avere anche la funzione (atavica) di intimorire e sopraffare psicologicamente l'avversario.

**Ki** (気) sta per *energia vitale* e **ai** (合, 合い) può essere tradotto come *unione*. L'individuo unisce, converge lì tutta la sua energia, fisica (progressiva contrazione muscolare; espirazione) e mentale (*zanshin*).

La tradizione orientale fa risiedere il luogo della vitalità nell'addome (*tanden*) e ritiene che degli appropriati esercizi respiratori possano incrementarla. È il diaframma che consente una respirazione profonda e ampia, mentre il movimento dei soli muscoli costali induce una respirazione superficiale e di difficile controllo. Il tempo dell'espirazione corretta (ventrale), determinata dalla decisa contrazione dei muscoli addominali corrisponde, quindi, al momento di massima espressione di forza. L'altra componente del Kiai è psicologica. Il grido è

intimamente connesso alle emozioni individuali. Quando le nostre normali risorse non possono assicurarci la sopravvivenza, la forza e la volontà emergono. La possibilità di ampliare le capacità in condizioni estreme ha permesso agli antichi guerrieri di molte culture etniche di codificare il *grido*. Si osserva un diverso momento di espressione del Kiai nelle diverse arti marziali; per esempio, nel Kendō, il Kiai avviene prima e non all'atto finale, questo perché l'uso di un'arma, la katana in questo caso, implica di per sé un risultato. Nel Kendo, non dovendosi incrementare l'aspetto fisico, viene dato grande risalto alla volontà risolutiva che induce l'azione. Nel Judo o nell'Aikido notiamo raramente emissioni di Kiai. Nel Judo può capitare nel momento di uno sforzo nell'esecuzione di una tecnica, ma non è proprio la stessa cosa, anche se c'è la ricerca di un surplus di forza/decisione per portare a termine l'azione. Erroneamente si collega il Kiai al solo *atemi*, in realtà, anche se in altra forma, in tutte le tecniche (*atemi, uke, nage, kansetsu, kuzushi* ...) c'è un momento "quid" nel quale si esprime il massimo nell'energia, in



quell'istante il Kiai può avere la sua funzione.

Il Kiaijutsu deriva dalla pratica sciamanico-medico e dagli studi della Medicina Tradizionale sui punti di pressione e meridiani che legano strettamente l'emissione energetica al suono specifico di *bija mantra* per veicolarlo nelle varie direzioni all'interno dell'organismo. Nelle arti marziali antiche si connetteva all'essenza dei segreti del *Kyusho Jitsu* e ogni suono a seconda dell'applicazione (attacco/difesa, meditazione, pratica curativa) veniva utilizzata con uno specifico suono vocale sviluppato dal *ventre* (non dalla gola!). Nel Karate il Kiai ha una funzione importante e ricorrente ogni qual volta si deve esprimere il massimo di concentrazione (nel senso di far convergere) fisica e mentale, per cui lo ritroviamo nel *kyhon* alla fine di una sequenza; nel *kumite*, in un attacco e nel contrattacco, ma, anche se meno comune in una difesa.

# KIAI 気合 nei Kata di Karate Shotokan

Il kiai ha sempre una doppia funzione: la concentrazione di energia, come già espresso più volte, ma anche – e questo è meno conosciuto – di “sfogo”, per riequilibrare il flusso energetico che altrimenti andrebbe in sovraccarico. Nel Kata la questione è molto più complessa. Nei Kata base, come gli Heian, il Kiai è collocato in una situazione “classica”, ossia al termine di una sequenza con un climax crescente. Questo accade anche nei Kata superiori, ma non sempre. In vari casi la collocazione del Kiai è particolare:

Quando c'è un **salto** (*tobi*) il Kiai c'è e si emette nella fase ascendente del salto (Heian 5; Kanku Dai; Enpi; Meikyo. Non c'è invece in Kanku sho e in Unsu e qui meriterebbe una riflessione a parte).

Il Kiai potrebbe essere “**sospeso**”, ossia alla fine di una sequenza tecnica crescente ma apparentemente interrotta da una variazione di tempo, ma il continuum tensivo, in realtà è sotterraneo. (Jiin, Jion, entrambi nel 2° Kiai, quello finale, mentre il primo rientra

nella situazione classica di climax; è il caso anche del Bassai Dai dove entrambi i Kiai avvengono dopo una breve tecnica rallentata; 2° di Hangestu). Queste situazioni rendono l'esecuzione della sequenza molto difficile, perché c'è sia una variazione di tempo (un tecnica lenta) ma il flusso non va interrotto. È anche molto interessante la possibile interpretazione che la massima concentrazione esplosiva di energia non debba o possa essere necessariamente il frutto di un crescendo preparato (prevedibile) ma improvviso, come segnalato nel caso successivo.

Il Kiai **improvviso**: è il caso del primo Kiai di Enpi.

Kiai di **passaggio**. Generalmente dopo il Kiai c'è una breve pausa ma talora non è così, è il caso per esempio del primo kiai in Tekki 2 o il primo Kiai di Hangestu che segna il passaggio da una fase un'altra

del Kata.

I Kiai nei kata shotokan sono 2, fanno eccezione Meikyo (solo su sankaku tobi finale), Wankan (yama zuki finale) e Tekki sandan (ultima tecnica, almeno nella versione del M° Kase).

Generalmente i Kiai, quando sono due, sono posizionati in maniera distanziata, pressochè all'inizio e alla fine, o quasi. Fanno eccezione 3 Kata: Bassai sho; Gojusho sho e dai. Abbiamo detto che il Kiai è espressione di energia ma anche di riequilibrio, quindi, dobbiamo interpretare la loro collocazione in ragione dell'economia complessiva del Kata, dell'espressione della intensità energetica impiegata, il “dosaggio”, quindi la necessità di uno “scarico”, per non sovraccaricare di tensione negativa l'organismo, con la conseguenza di rigidità e perdita del flusso corretto di energia nel Kata. Peraltro con possibile deformazione del ritmo/tempo.



## KIAI 気合

Allora, come interpretiamo i Kiai così ravvicinati in questi 3 Kata? Quella che seguirà è una mia personale interpretazione. Su molti temi come la respirazione, lo zanshin, il kiai, i Maestri Giapponesi non ci hanno mai detto nulla, se non cose generiche e anche nella letteratura disponibile (libri, internet ...) non vi è nulla al riguardo.

Bassai sho e i Gojusho, a mio avviso, sono casi diversi.

Bassi Sho: i due Kiai sono

ze di *mawashi shuto uke*.

Gojuso sho/dai: la cosa strana qui è che in un Kata così lungo i Kiai siano concentrati entrambi nella fine del Kata. La difficoltà dei Kata lunghi è mantenere lo stesso tono per tutta la lunghezza del Kata. In vari Kata lunghi di oggi, in versione da gara, ci sono molte pause che rompono il *continuum tensivo* del Kata e lo facilitano. I Gojusho sono abbastanza lineari, non hanno sbalzi e credo che la questio-

molto più intenso, poche pause di recupero e molti calci (è il Kata con più calci) che complicano ancora di più la gestione respiratoria del Kata.

L'ultima considerazione la voglio dedicare a questo moderno rumoreggiare durante il Kata. Tranne i Kiai non si debbono emettere suoni ingiustificati. Fanno eccezioni Kata, tipo Goju, quando utilizzano la respirazione *ibuki*. Il Kiai può essere



collocati vicini e al centro del Kata. Il primo in una situazione diremo classica, come Bassai dai, ma subito dopo c'è un'impennata di azione che termina - brevemente ma intensamente - con un secondo Kiai, per poi lasciare spazio ad una esecuzione meno tensiva del Kata che va poi a "sfumare" con le due sequen-

ne stia proprio qui, ossia, svolgere la lunga sequenza del Kata sapendo gestire fino alla fine il "dosaggio" dell'energia, nella fase finale poi c'è un'impennata che giustifica, invece, i Kiai. Va segnalata la particolarità del Kanku dai che ha circa lo stesso numero di tecniche di Gojusho sho ma con un ritmo

più ristretto o allungato, in base alla situazione ma è sempre una espressione ventrale non vocale, quindi sono impropri questi "urli di guerra" strazianti emessi da certi agonisti. Non parliamo poi dell'inflazione di Kiai (5) in certi "nuovi" Kata.

Buon Kiai a tutti!

*Franco Biavati*

Sede Nazionale: Bologna  
Via Riva di Reno 75/3° 40121

Staff: Franco Biavati, Matilde Cavaciocchi, Manlio Comotto, Zena Roncada .

Per chi vuole inviare articoli o scrivere commenti:  
f.biavati@uisp.it

[www.uisp.it/  
discorientali](http://www.uisp.it/discorientali)



## Campagna tesseramento UISP



Recapiti UISP DISCIPLINE ORIENTALI:

MICHELE CHENDI Responsabile Nazionale UISP DO — 335 6136702

FRANCO BIAVATI Responsabile Nazionale Attività UISP DO — 348 6975047

LUISA MAGONI Direttore Nazionale UISP DO — 334 1928758