

# TENNIS SAN GIOVANNI LUPATOTO NON STOP!!!



Lo staff maestri

L'attività della Scuola Tennis di San Giovanni continua senza sosta nel suo programma didattico di preparazione degli allievi, per renderli idonei alle gare ufficiali, e di aggregazione tra i ragazzi.

A questo scopo infatti sabato 26 novembre è stata organizzata, presso la club-house del tennis, una cena con festa e giochi vari per dare modo ai ragazzi di conoscersi anche fuori dall'allenamento settimanale, una serata passata tutti insieme al circolo in allegria. Domenica 4 dicembre si è tenuto un primo raduno dei tennisti "cuccioli", per far provare loro le prime emozioni con gare e partite, così da abituarli a vittorie e sconfitte (servono anche quelle a fare crescere nello sport e nella vita!). Alla fine del raduno premi per tutti e so-

prattutto tutti vincitori.

Per gli agonisti invece, si è svolta nel mese di novembre un'amichevole con il C.T. Scali-gero, per poi proseguire in dicembre l'attività indoor con campionati a squadre e tornei individuali provinciali e regionali. Insomma è proprio il caso di dire che l'attività dell'Associazione Tennis San Giovanni Lupatoto continua 365 giorni all'anno, con soddisfazione da parte dello staff dei Maestri nel veder crescere nuovi tennisti e nel toccare con mano che con passione ed impegno arrivano i buoni risultati.

Sempre nel mese di dicembre sono uscite le nuove classifiche federali per l'anno agonistico 2012 nelle quali i nostri ragazzi agonisti si sono visti tutti migliorare di livello e categoria. Complimenti!

## DIFESA PERSONALE

Breve corso gratuito per donne e ragazze  
Tre incontri a Casa Novarini dal 6 febbraio

Le aggressioni verso donne e ragazze sono in aumento e quindi non ci si può permettere di tralasciare la propria incolumità personale. Molto spesso alle ragazze e alle donne si cerca di insegnare a parare o schivare i colpi di un aggressore, ma in realtà la cosa fondamentale è essere psicologicamente preparate ad affrontare una situazione così da poter percepire in tempo le reali intenzioni di un malintenzionato.

Il W.S.D. (woman self-defense) KRAV MAGA insegna fondamentalmente a prevenire le situazioni facendovi diventare

esperte di ciò che è la psicologia dell'aggressione. E' inutile conoscere tante tecniche se poi non si ha la lucidità e la decisione necessaria per poterle mettere in atto. Ricordiamo che un'aggressione non solo colpisce il nostro stato emotivo, ma anche la nostra dignità personale. Gli incontri si terranno a Casa Novarini lunedì 6 febbraio, lunedì 20 febbraio e lunedì 5 marzo alle ore 20,30 e saranno tenuti da un esperto.

Iscrizioni (gratuite) e maggiori informazioni: Casa Novarini telefono 045-8753118 mail: casanovarini@gmail.com

## L'AZATO RYU KARATE ZEVIO

archivia il 2011 e si appresta ad affrontare le nuove sfide del 2012

Dicembre ha archiviato l'anno 2011 e con gennaio abbiamo dato inizio al 2012. Un nuovo anno che come i precedenti porterà nuove sfide, altri risultati e nuove soddisfazioni.

Il mese di dicembre, pur essendo l'ultimo dell'anno, non ha per questo lesinato sugli ultimi impegni della stagione: venerdì 2 dicembre a Zevio lezione di kata tenuta dal Maestro Morris Carazza per gli aspiranti istruttori di karate del corso Us Acli 2011/2012; sabato 11 dicembre a Monza partecipazione allo stage J.K.A. con il Maestro Takeshi Naito; mercoledì 14 dicembre primi esami di kyu (gradi inferiori) della stagione.

I maestri dell'Azato Ryu hanno messo alla prova alcuni aspiranti al grado di 5° e 3° Kyu (cintura arancio e verde). Dopo l'esame, sono stati giudicati idonei al grado di cintura arancio: Katia Berlini e Jacopo Zuliani e al grado di cintura verde: Francesco Celona, Luca Brigo e Lorenzo Brigo. Al termine degli esami, lezione di formazione e conseguimento crediti formativi per gli allenatori di karate dell'Us Acli. La lezione incentrata sui vari tipi di kumitè è stata condotta dal Maestro Leonardo Gorrieri dell'Azato Ryu, responsabile dei corsi di formazione Us Acli per allenatori ed istruttori di karate; domenica 18 dicembre invece stage di allenamento con tutti gli atleti dell'Azato Ryu Karate Zevio, S.K.S. Bukwai Verona e Mushin Dojo Verona.

Al termine dello stage vi è stato il consueto pranzo sociale di dicembre per lo scambio degli auguri natalizi. Lunedì 19 dicembre premiazione dei tre migliori atleti dell'Azato Ryu per numero di medaglie conseguite nella stagione 2010/2011. Gli atleti premiati quest'anno sono stati Massimo Rossi, Leto Martina e Cisale Tommaso; sempre lunedì 19 dicembre a Cologna Veneta, partecipazione alla cena di solidarietà organizzata dal Coordinamento intercomunale dello sport del C.O.N.I. di Verona dove

AZATO RYU



Karate Zevio

è stata consegnata anche la raccolta fondi effettuata in palestra per le popolazioni della Liguria e della Toscana colpite nelle recenti alluvioni. Un'ottima occasione per insegnare ai giovani il concetto della solidarietà.

**Mercoledì 11 gennaio** a Zevio, lezione avanzata di jyu kumite tenuta dal Maestro Leonardo Gorrieri per gli aspiranti istruttori di karate del corso Us Acli 2011/2012.

Nelle altre attività parallele dell'associazione vi è stato il tradizionale lancio di Natale con paracadute eseguito sabato 24 dicembre a Bardolino nelle acque del Lago di Garda con la Sezione A.N.P.d.I. di Lazise. Domenica 22 gennaio a Zevio I Tappa del Trofeo Scaligero Us Acli 2012, manifestazione di karate giunta alla sua V edizione e i cui risultati verranno pubblicati sul prossimo numero de 'Il Sentiero'.

Una fine stagione con chiusura decisamente su di giri e con i presupposti di un inizio 2012 altrettanto elevato.

A tutte le persone interessate a saperne di più e ad apprendere in maniera corretta il karate tradizionale, con la voglia di entrar a far parte di questo gruppo storico impegnato anche in altre attività parallele l'invito a visitare il sito [www.azatoryukarate.it](http://www.azatoryukarate.it); (anche su facebook) a presentarsi al palazzetto dello sport di Zevio nei giorni di lunedì e mercoledì dalle 18.00 alle 22.00 o il giovedì alle scuole elementari del Palù negli stessi orari oppure telefonare al 340 5377789 o al 328 0206471.

## 1° COMPLEANNO ASIA NARDUCCI

Alla nostra gioia,  
tanti Auguri per il 1° Compleanno  
da mamma Irene, papà Cristian,  
nonni, bisnonni e zii.

23 gennaio 2012



PUBBLICITÀ SU Il Sentiero

tel. 045 548184 - tel. e fax 045 9250545 [www.sentierosgl.info](http://www.sentierosgl.info)