



空
手
道

A.S.D. MUNEN KARATE CLUB VESTONE

Via 1° Maggio , 12 25079 Vobarno Bs
CF. 96012070171 Reg. Nazionale A.S.D. del C.O.N.I. n° . 65104

L' associazione

L' Associazione Sportiva Munen Karate Vestone è una Scuola di Karate che nasce negli anno ' 80 dalla volontà del Maestro Franco Antonini , con lo scopo di trasmettere gli insegnamenti di questa disciplina . Attualmente le attività di karate per adulti e bambini vengono svolte nelle palestre di Sabbio Chiese e Vobarno. L' obiettivo principale della Scuola è l' apprendimento e l' approfondimento dello studio teorico – pratico dei significati più profondi del Karate – Do , inteso come disciplina di arricchimento e miglioramento sia mentale che fisico. Per questo motivo i corsi si rivolgono a bambini/e , ragazzi/e e adulti , senza alcuna distinzione. All' interno della Scuola chi si avvicina al Karate – Do ha la possibilità di scoprire e rafforzare le proprie potenzialità fisiche e psichiche , talvolta inaspettate. In ogni momento della lezione viene posta particolare attenzione sia alla concentrazione che ai movimenti fisici , allenando corpo e mente con l' obiettivo di seguire un percorso di miglioramento personale. Tutto ciò porta il praticante ad apprendere gli elementi dell' autodifesa , non solo dal punto di vista fisico – pratico , ma anche dal punto di vista mentale, acquisendo maggiore fiducia in sé stessi , sicurezza e consapevolezza dei propri limiti e delle proprie capacità. L' aspetto dell' autodifesa del Karate nei bambini/e viene insegnato seguendo un percorso di percezione psicomotoria e fasi di attività ludica , che permettono l' acquisizione di una sicurezza personale che viene trasferita nelle attività quotidiane . L' approccio all' insegnamento dei bambini/e è un elemento distintivo della nostra scuola , non solo per la presenza di insegnanti qualificati , ma anche per il metodo di lavoro altamente professionale che dà priorità agli aspetti educativi del Karate – Do .

Il Karate

Il Karate è un' arte di autodifesa che usa solo il corpo umano nei modi più efficaci. Nonostante sia conosciuto ormai in tutto il mondo , solamente una minoranza di persone è al corrente dei valori che esso racchiude. Il Karate ha avuto origine , come arte marziale , nell' isola di Okinawa nel sud del Giappone . La caratteristica della civiltà giapponese , legata al fondamento molto radicato nella vita sociale della “ Via del guerriero “ (bushi – do) , ha dato origine a questa arte marziale con un forte collegamento alla cultura giapponese stessa. Nell' età contemporanea il BUSHI – DO , diventa DO (ovvero Via , realizzazione personale) . Diviene quindi un sistema etico che può anche non essere strettamente collegato al combattimento , bensì ad una filosofia , un percorso , una via.

Ecco perché è più corretto utilizzare il termine KARATE – DO , che tradotto letteralmente assume il significato di Via (Do) della Mano (Te) Vuota (Kara) . Il termine “ vuota “ è riferito principalmente allo stato della mente , che dovrà quindi essere libera da ogni pensiero , idea o preconcetto , senza alcuna interferenza esterna , mantenendo uno stato di ricettività totale , pronta ad agire nel migliore dei modi in ogni situazione. Attraverso la pratica del Karate è possibile quindi ampliare e migliorare le proprie capacità fisiche e mentali , grazie ad una continua ricerca del miglioramento tecnico orientata a raggiungere un ampliamento e un' evoluzione di tutte le capacità del praticante.

L' evoluzione del Karate , come disciplina sportiva , ha attinto ai concetti del DO , per raggiungere una valenza educativa . Il passaggio è infatti stato quello di utilizzare i principi , le strategie e le modalità che permettevano di prevalere sugli altri , per un auto miglioramento dal punto di vista sociale.

Attraverso una pratica costante , il livello di attenzione , la capacità di concentrazione e tutte le abilità motorie subiscono un miglioramento , aumentando il proprio grado di autostima e di sicurezza personale, I compagni non sono più considerati avversari , ma elementi di confronto positivo , dai quali si può imparare , permettendo di migliorare il proprio livello etico e morale , stimolando inoltre la socializzazione.

Scegliere la scuola giusta

Scegliere la scuola di Karate richiede attenzione , soprattutto da parte dei genitori.

La scelta della scuola , come per i vari gradi di istruzione , spesso si fa per comodità organizzativa o logistica. Conoscere il maestro e informarsi sul suo percorso di insegnamento è il primo approccio , poi si deve capire se il suo aggiornamento è costante e a quale organizzazione federale si appoggia. Tali elementi sono indice di serietà e di preparazione. Inoltre si deve capire se il principio ispiratore della scuola è di carattere educativo , come deriva da un' importante affermazione che dice “ il karate non è fatto per offendere o danneggiare gli altri , ma per avviare un processo di auto miglioramento “

La scelta del Maestro

Per quanti si avvicinano al mondo delle Arti Marziali per la prima volta hanno non poche difficoltà a trovare un Maestro soprattutto se sono coscienti dell' importantissimo ruolo che esercita questa figura nella crescita fisica e psicologica di un praticante specie se in giovane età. Possiamo definire alcuni parametri che possono almeno aiutarci nella scelta :

- Osservare gli allievi potrebbe essere un buon metodo , i frutti non cadono lontano dall'albero. Osserviamo i suoi allievi , soprattutto quelli che lo seguono da più tempo , se hanno una buona preparazione tecnica sull'arte che abbiamo scelto probabilmente hanno avuto un buon insegnante
- Valutare le sue conoscenze sia tecniche che teoriche e conoscere a fondo il suo percorso formativo di insegnante ;
- Per essere un buon insegnante non necessariamente bisogna essere i migliori in quel campo o aver conseguito alti risultati agonistici , quello che conta è essere chiari nelle spiegazioni , sapere osservare gli errori degli allievi per correggerli , tenersi costantemente aggiornati , avere voglia di trasmettere le proprie conoscenze e soprattutto essere in grado di evitare danni fisici e psicologici.
- Per quanto riguarda l' insegnamento un Maestro non si limita ad istruire sulla tecnica , sa che davanti a se ha delle persone in formazione ;
- Il Maestro ha una grande compito , ha il compito dell' EDUCAZIONE e della FORMAZIONE , altrimenti non può essere chiamato Maestro !

Come scegliere la Scuola

Il consiglio che ci permettiamo di suggerire a quanti si accingono alla pratica di un Arte Marziale ed in particolare ai genitori che intendono avviare i propri figli , è di verificare che la scuola prescelta abbia le seguenti caratteristiche :

- Proponga lo studio di una sola disciplina per volta : chi insegna un po' di tutto fa solo perdere tempo e non insegna nulla
- La disciplina proposta sia stata praticata , profondamente e costantemente , per almeno una decina di anni : nelle Arti Marziali “ presto e bene “ non si conciliano
- La disciplina sia stata acquisita attraverso l' insegnamento di un Maestro riconosciuto , il quale a sua volta , l' abbia appreso da un Maestro di grado elevato : il “ fai da te “ nelle Arti Marziali è pericolosissimo sia per il corpo sia per la mente
- La scuola deve essere affiliata ad un' Organizzazione Nazionale riconosciuta e diffusa su tutto il territorio : il confronto con altri praticanti è indispensabile per progredire nella conoscenza
- La scuola deve avere degli obiettivi a lungo termine per portare il praticante ad alti livelli e non solamente ad altri risultati limitati , immediati ed effimeri : “ il Karate si pratica tutta la vita “

Maestri e Istruttori



Maestro Franco Antonini cn. 6° dan

Il Maestro Franco Antonini inizia la pratica del Karate nel 1969.

Nel 1973 diventa cintura nera 1° dan con la prestigiosa F.E.S.I.K.A. , 2° dan nel 1977 e nello stesso anno si qualifica Istruttore Federale.

Nel 1987 inizia la pratica di Goshin – Do acquisendo il grado di cintura nera

Nel 1992 ottiene il grado di 3° dan , nel 1993 si qualifica Arbitro Regionale.

A Lui va il merito di aver portato e diffuso il Karate Tradizionale in Valle Sabbia , grazie ai suoi insegnamenti fin dai primi anni ' 70 in molti hanno praticato questa affascinante disciplina.

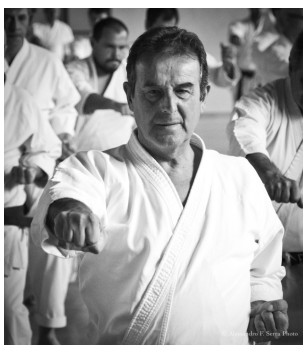
Attualmente ricopre la carica di Direttore Tecnico presso la nostra Associazione Sportiva , nella quale esercita la sua opera di Maestro di Karate , insegnando con grande passione e competenza.

Da sempre collabora con l' amico e Maestro Dino Contarelli cn. 8 dan (Presidente I.K.T.A.) con lui ha fatto il suo percorso tecnico che l'ha portato nel 2006 ad ottenere il grado di cintura nera 4° dan .

Nel 2014 , alla presenza del Maestro Hiroshi Shirai cn. 10° dan , gli viene attribuito l' ambito grado di cn 5° dan “ Per i moltissimi anni di pratica e di insegnamento fatti con passione e diligenza “ .

Dal 2016 associato I.K.T.A. – International Karate Teachers Academy

Nel 2018 gli viene conferito il grado di cn 6° dan I.K.T.A. - International Karate Teachers Academy



Istruttore Onorio Luscia cm. 2° dan

Classe 1958 , inizia la pratica del Karate nel 1990 sotto la guida del M° Franco Antonini.

Nel 1999 diventa cintura nera 1° dan , nel 2006 acquisisce il grado di cn. 2° dan.

Nel 2011 , consegue il diploma di Istruttore Federale (Federazione Italiana Karate Tradizionale)

Inizia l'esperienza di insegnamento presso la Scuola di Karate Munen Vestone come collaboratore del Maestro Franco Antonini

Dal 2016 associato I.K.T.A. - International Karate Teachers Academy

Attività e orari :

Presso le palestre di Sabbio Chiese e di Vobarno si svolgono attività di Karate per adulti , ragazzi/e e bambini/e , sotto la guida del Maestro Franco Antonini e l' Istruttore Onorio Luscia.

- Sabbio Chiese palestra della Scuola Primaria in Via Aldo Moro , 5 nei seguenti orari :
Martedì e Venerdì dalle ore 20,00 alle ore 21,00
- Vobarno palestra della Scuola Primaria in Via A. Poli , 12 nei seguenti orari :
Lunedì e Giovedì dalle ore 17,30 alle ore 18,30

Contatti

Per maggiori informazioni sulle attività e sulla scuola si invita a contattare :

Franco Antonini	320 5690404	e- mail	francokc@virgilio.it
Onorio Luscia	339 3550586	e- mail	onorio.luscia@libero.it

Affiliazioni

L' A.S.D. Munen Karate Vestone è affiliata ai seguenti Enti e Associazioni :



www.karatemunen.it



www.ikta.it



www.feiska.it



www.coni.it



www.libertas.com