

# CSK MAGAZINE



N. 00 | 2024 - maggio | periodico ASD C.S.K. 1978



空手道

# REDAZIONE



COPERTINA N. 00/2024

**CAPO REDAZIONE**  
Cristiano Magri

**REDAZIONE**  
Evro Margarita, Daniele Maviglia  
Aldo Roberti

**GRAPHIC DESIGN**  
Cristiano Magri

Chiunque volesse contribuire alla realizzazione del CSK Magazine con articoli, foto, disegni o volesse entrare a far parte del team, non esiti a contattarci!  
e-mail [COMUNICAZIONE.CSK1978@GMAIL.COM](mailto:COMUNICAZIONE.CSK1978@GMAIL.COM)



# INDICE

- 04** Editoriale: Numquam Satis
- 05** Focus - CSK: Kiai....ma non solo !
- 06** Spazio Creativo
- 08** Novità - La nuova comunicazione CSK1978
- 10** Agonismo - Campionati Regionali
- 12** Agonismo - Campionati Italiani
- 14** Località e Cultura - Montecatini Terme
- 16** Fesik - CSI - Conosciamo la Federazione
- 20** Sponsorship - diventa sostenitore
- 22** Agenda - attività

# CONTATTI

Presidente  
**Evro Margarita**  
emargarita@homail.it

Corsi di Lavagna  
**Palestra Riboli**  
347 4173 304 - 347 8478 971

Corsi di San Salvatore  
**Complesso sportivo San Martino**  
347 4173 304 - 349 1839 262

Corsi di Carasco  
**Palazzetto di Carasco**  
347 4173 304 - 340 4942 039

# EDITORIALE

# NUMQUAM SATIS

## *quarantasei anni di sfide*

a cura di Evro Margarita

Il motto del CSK è l'apertura ideale di questo nuovo giornalino, nuovo in quanto riparte dopo un periodo di pausa ma anche per il restyling nelle forma e nel contenuto, frutto della collaborazione appena nata con un professionista della comunicazione, l'amico Cristiano Magri che segue la promozione dell'immagine di molte società sportive del nostro territorio, oltre che del Comitato Provinciale di Chiavari del CSI.

"Numquam satis", "Mai soddisfatti"... è l'idea che avevamo in testa io e Sergio Torta nel 1978, quando ci venne l'idea di unirli e fondare una nostra società con due semplici obiettivi – allora – quelli di poter "fare" del buon karate e creare un club che si distinguesse in Liguria per innovazione e presenza sul territorio.

Sergio è volato in cielo a settembre dello scorso anno, lasciandoci il suo ricordo di "vecchio" inossidabile "bushi" e il testimone per un karate vero, duro, senza fronzoli ma con il massimo rispetto verso chi condivide con te la pratica, compagni o allievi che siano, concetti che sono un must per me e tutti i miei collaboratori... Però, in quasi metà secolo,

il karate delle origini (quello trasmessoci dal mio grande Maestro Rodolfo Ottaggio) abbiamo dovuto giocoforza adeguarlo ai tempi, attualizzarlo ai sistemi di allenamento più moderni, e l'abbiamo fatto affidandoci al migliore dei Tecnici italiani, il Maestro Ilio Semino, per alzare il livello tecnico della nostra palestra e – parallelamente – provare a far partecipare alcuni atleti alle più importanti competizioni di kata e di kumite con i giusti parametri di allenamento.

Possiamo certamente affermare che gli obiettivi posti a suo tempo sono stati tutti raggiunti...

Nell'ambito agonistico dodici titoli regionali, decine di campioni nazionali, titoli internazionali, sia individuali che a squadre, compongono un palmares di grande spessore che impreziosisce il lavoro di tutti i componenti del CSK ma – personalmente – sono molto più orgoglioso di tutti quei nostri allievi che sono entrati nei nostri dojo da bambini, hanno sudato a lungo con noi, hanno i gareggiato nei palazzetti di tutta Italia per poi – una volta inseriti nel mondo del lavoro – raggiungere livelli di eccellenza o semplicemente essere Donne o

Uomini di grande valore e rettitudine.

Questo regala il karate, questo dona la pratica della nostra Arte Marziale, questo vorremmo che anche in futuro i nostri giovani Maestri potessero trasmettere agli allievi del CSK del Domani:

Per dirla con Steve Jobs "*Stay hungry, Stay foolish*", ovvero "*Numquam Satis*" !!!

OSS

M. EVRO MARGARITA  
Presidente ASD CSK 1978



## FOCUS

# CSK: KIAI ... MA NON SOLO !!!

a cura di Daniele Maviglia

Nel cuore pulsante del dojo di Karate Shotokan della nostra società sportiva, si svolge una storia di solidarietà e di crescita collettiva che merita di essere raccontata. Qui, giovani karateka non solo affinano le loro tecniche e la loro disciplina, ma tessono anche le trame di un sostegno reciproco che va oltre i confini del tatami.

Tra questi praticanti, alcuni ragazzi si distinguono per il loro spirito meritevole; sono coloro che, con dedizione e sensibilità, si fanno carico di sostenere i compagni e, in alcuni casi, i fratelli o sorelle che incontrano ostacoli sul loro cammino. Questi ostacoli possono essere difficoltà fisiche o disabilità, barriere che potrebbero sembrare insormontabili se affrontate da soli.

Tuttavia, all'interno di queste mura imbevute di sudore e di passione, la parola "impossibile" perde di significato. I ragazzi più esperti diventano mentori, amici e compagni di viaggio, promuovendo un ambiente in cui tutti possono progredire. Con pazienza e incoraggiamento, essi dimostrano che il Karate Shotokan è più di una semplice arte marziale; è una metafora vivente di come dovrebbero svilupparsi le

relazioni umane.

Le lezioni di Karate diventano così lezioni di vita, dove il rispetto, l'aiuto reciproco e la comprensione sono valori che si manifestano in ogni kata e in ogni kumite. Questi giovani karateka non solo imparano a difendersi o a colpire, ma imparano soprattutto a tendere la mano, a rialzare chi cade e a celebrare ogni piccolo successo come un trionfo comune.

Il dojo CSK diventa un modello, un microcosmo di quella società ideale in cui le differenze non dividono, ma arricchiscono; dove le difficoltà sono occasioni per stringersi e crescere insieme. È la dimostrazione che, anche al di fuori delle attività sportive, le relazioni possono e devono svilupparsi seguendo questi principi di armonia e inclusione.

In conclusione, la storia del dojo CSK è un inno all'unità, un esempio tangibile di come lo sport possa essere un veicolo di valori profondi e universali. È un promemoria che, anche nel contesto competitivo del Karate Shotokan, l'essenza più pura si trova nella capacità di essere, prima di tutto, esseri umani solidali.

気

合

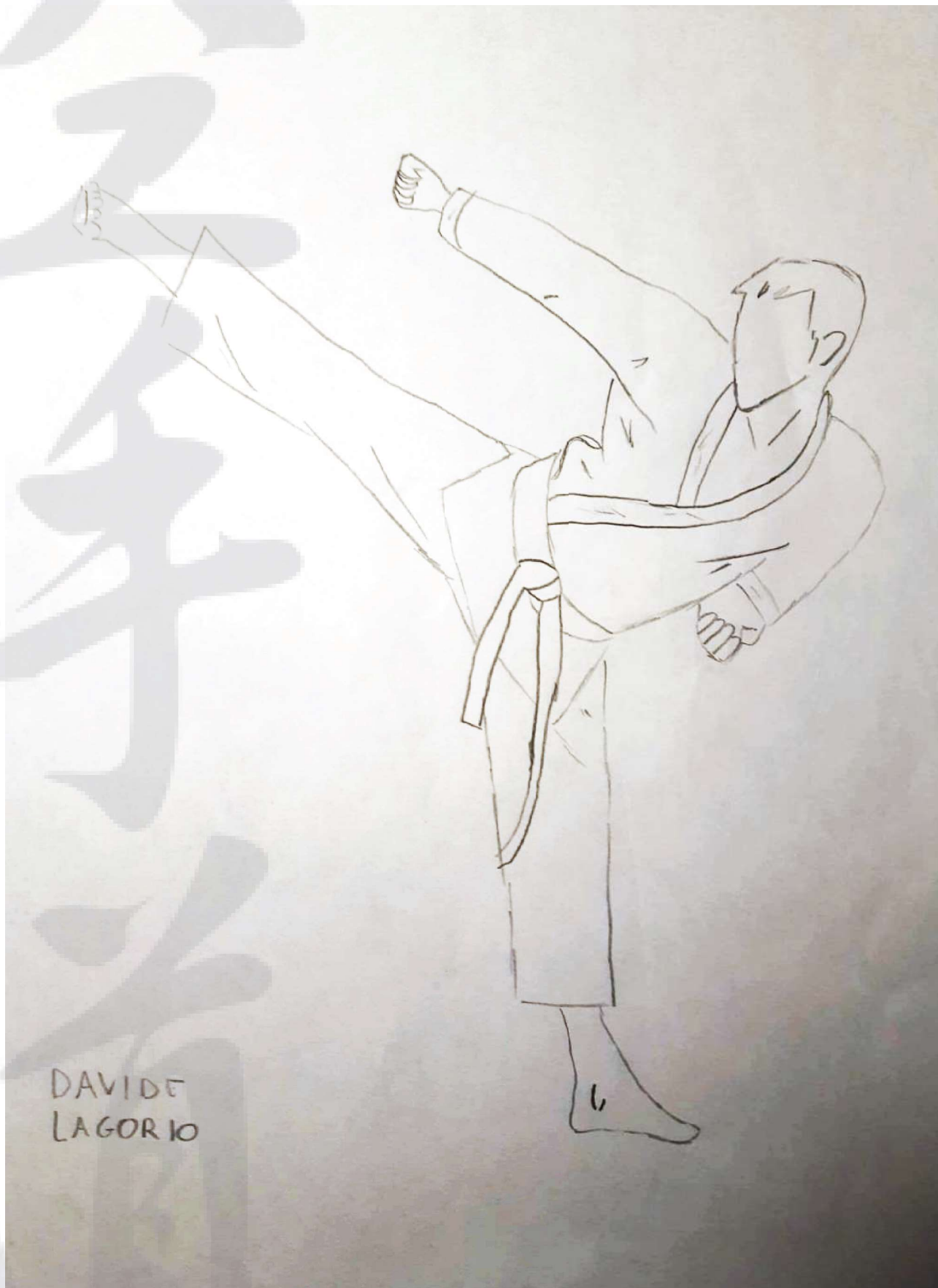
気

合

い

SPAZIO CREATIVO

# Opera di Davide Lagorio



# SPAZIO CREATIVO

## Opera di Camilla Landosio



## Opera di F. Cesare L.



# NOVITÀ LA NUOVA COMUNICAZIONE CSK

La società Csk1978 ha rinnovato i propri canali di comunicazione creando nuove pagine social su **facebook** e **instagram** aggiungendo il nuovo **canale whatsapp** per poter tenere aggiornati i propri associati ed informare la comunità sportiva sulle attività da essa svolte. Continua ad essere attivo il sito web all'indirizzo <https://csk-lavagna.it/> e verrà riproposto il **Magazine** periodico con approfondimenti e interviste.

## CANALE WHATSAPP



Inquadra il qrcode e segui il canale

## PAGINA FACEBOOK



Inquadra il qrcode e metti "mi piace" sulla pagina

## PAGINA INSTAGRAM



Inquadra il qrcode e inizia a seguire la pagina





San Pietro Lab | Info: Claudio 3339075100

# SAN PIETROLAB<sup>®</sup>

COSMETICS



# AGONISMO

## CSK SUL TETTO DEL KARATE LIGURE FESIK – CSI A MANESSENO



A CURA DI EVRO MARGARITA

Ci sono voluti oltre 20 podi per consentire al CSK 1978 del presidente Evro Margarita di conquistare il dodicesimo titolo regionale FESIK- CSI domenica scorsa nel Palazzetto di Manesseno, confermando una storia di successi sportivi che dura da ormai 46 anni e che bisca il risultato ottenuto lo scorso anno a Vezzano Ligure.

Gli atleti delle tre palestre di Lavagna, San Salvatore e Carasco hanno portato a casa ben 20 medaglie nel kata (esercizi di forme), 18 individuali e 2 a squadre, consentendo così alla propria società di piazzarsi al primo posto in questa specialità su 12 clubs partecipanti e al quinto posto nel kumite (combattimento) in virtù delle 13 medaglie conquistate.

“Sono ovviamente molto

soddisfatto -dichiara il Maestro Evro Margarita – perché un titolo regionale di questo livello ripaga dei sacrifici e dell’impegno profuso in questi mesi da tutta la struttura societaria, tecnici atleti e dirigenti che hanno lavorato insieme per preparare questa gara e i prossimi eventi nazionali a cui parteciperemo. Ringrazio in particolare i maestri Vincenzo Tavino, Roberto Brunori e Luca Moretti che hanno allenato i nostri ragazzi, coadiuvati da Daniele Maviglia, Beppe Esposito, Alfonso Albanese e Federica Lizza. “

Questi gli atleti saliti sul podio:

### KATA

Oro: Emanuele Gabelli, Giuseppe Riga, Veronica Poggi, Vittorio Barenghi, Meriem El Ghafour, Sofia Battistella, Camilla Landosio. Argento: Damiano Parma, Federica Lizza, Simone Sturla, Insaf El Ghafour, Cesare Landosio. Francesco Zuccheri, El Ghafour Hamal. Bronzo: El Ghafour Malika, Letizia Labanca, Giuseppe Labanca, Aurora Panesi.

### KUMITE

ORO: Simone Sturla, Giuseppe Labanca.

ARGENTO: Alessandro

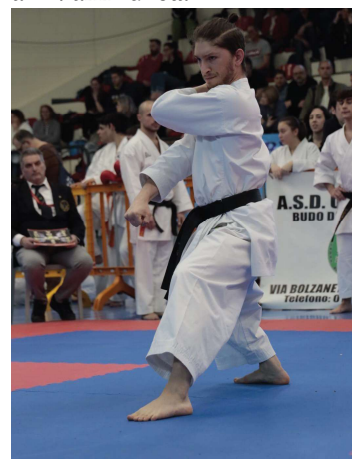
Viale, Eugenio De Filippi, Anna Salvadori.

BRONZO: Luca Moretti, Andrea Mancardi, Edoardo Zolezzi, Nicola Isetti, Letizia Labanca, Lorenzo Chiesa, Camilla Landosio, Beppe Esposito.

Hanno inoltre partecipato alla gara:

Giulia Panesi, Cesare Zolezzi, Marco Perazzo, Enea Bancalari, Andrea Ricci, Davide Lagorio, Gabriel Galli, Sebastian Gontarek, Kawtar El Ghafour, Roberto Roller, Christian Scarpino, Francesco Scarpino, Brando Parente.

Prossimo appuntamento agonistico per la società tigullina a Montecatini Terme, i prossimi 5-6-7 aprile per i Campionati Nazionali PreAgonisti, riservati agli atleti fino ai 14 anni di età.



# AGONISMO LE IMMAGINI



# AGONISMO IL CSK 1978 AL CAMPIONATO NAZIONALE PREAGONISTI FESIK-CSI DI MONTECATINI

**CAMPIONATO ITALIANO PRE-AGONISTI**



Una gara ricca di numeri e di soddisfazioni quella a cui ha partecipato nello scorso week il CSK 1978 del presidente Evro Margarita.

Nove medaglie costituiscono il bottino raccolto dai piccoli atleti della storica società tigullina alla più importante kermesse di karate italiana dedicata al mondo giovanile, con categorie che partono dai 6 anni di età fino ai 14.

*“Una competizione difficilissima – sottolinea il Maestro Evro Margarita che è anche vice presidente della FESIK – che vede in campo oltre 1.600 atleti provenienti da tutte le regioni d’Italia e che quindi costituisce un ottimo banco di prova per i nostri bambini, facendoli confrontare con le migliori realtà del karate nazionale.”*

Il Campionato Nazionale tenutosi al Palaterme di Montecatini prevedeva gare nelle due specialità del karate, il kata (esercizi di forme) e il kumite (combattimento) ed in entrambe gli atleti del CSK hanno ottenuto piazzamenti.

Questi i risultati:

**Letizia Labanca**, 2° Cl. Campionato Nazionale kumite

**Anna Salvadori**

3° Cl. Campionato Nazionale kata e Kumite

**Maximilian Bottini**

3° Cl. Campionato Nazionale kata

**Vittorio Barenghi**

3° Cl. Campionato Nazionale kata.

**Sofia Battistella**

3° Cl. Coppa Italia kata.

**Francesco Zuccheri**

3° Cl. Coppa Italia kata

**Daide Lagorio**

3° Cl. Coppa Italia kata.

**Simone Sturla**

3° Cl. Coppa Italia kata.

Hanno inoltre partecipato:

**Lorenzo Chiesa, Aurora**

**Raffo, Enea Bancalari,**

**Eugenio De Filippi,**

**Giuseppe Labanca,**

**Sebastian Gontarek,**

**Mathias Bottini, Roberto**

**Rolleri, Andrea Ricci.**



# AGONISMO LE IMMAGINI



# TRAVEL

## MONTECATINI TERME



Montecatini Terme è al centro della Toscana, a breve distanza da Firenze e dal Mar Tirreno, ai piedi di un anfiteatro di verdi colline che preludono all'Appennino ed al centro di un comprensorio artistico di eccezionale importanza. Questo ideale arco intorno alla Valdinièvre è perfettamente riconoscibile nella carta di questi territori che realizzò Leonardo da Vinci intorno al 1502.

Montecatini è una città giardino; la si percorre tutta a piedi, con pause di relax nei giardini, nei viali.

Il parco è un vastissimo comprensorio naturale (circa 75.000 mq.), meraviglioso polmone verde al centro della città e ideale cornice per gli stabilimenti termali, affinché tutto concorra a ricreare quell'equilibrio psico-fisico che riposiziona l'uomo in armonia con la natura e con sé stesso.

Gli stabilimenti termali, veri capolavori architettonici e artistici, insieme agli edifici di gusto liberty ed alle opere di moderni artisti di fama internazionale, costituiscono un vero museo a cielo aperto.

La forte e qualificata ricettività alberghiera offre sistemazioni per tutte le esigenze; il clima

accogliente, la tradizione di raffinata ospitalità, l'ottima cucina, la vicinanza a luoghi turistici di grande interesse ne fanno la destinazione ideale sia come piacevole base per un itinerario indimenticabile, sia per un soggiorno di salute e benessere.

Le sale per congressi e mostre contribuiscono a rendere la cittadina un centro vivace, elegante e cosmopolita in qualsiasi periodo dell'anno.

Destinazione ideale per un soggiorno rigenerante o anche solo per trascorrere un giorno alle terme, o per una vacanza da dedicare a sé stessi, alla famiglia o al divertimento, il territorio di Montecatini Terme è antico per storia e cultura, come testimoniano i numerosi ritrovamenti archeologici di epoca neolitica, etrusca e romana ed i colli che cingono la valle, con i loro castelli e i borghi medievali.

### LE ACQUE TERMALI

La città deve la sua popolarità alle acque termali ricchissime di preziosi elementi minerali che tuttora ne confermano la fama nel termalismo internazionale.

Le acque di Montecatini sono varie ed hanno indicazioni diversificate: hanno effetti benefici sul fegato favorendo-

ne la depurazione, sulla bile migliorandone le disfunzioni, sulla stipsi cronica; oltre a ciò favoriscono l'eliminazione delle scorie attraverso le vie renali e ripristinano i sali perduti nell'allenamento sportivo.

Ai tradizionali acqua e fango termali si abbinano inoltre le più innovative metodologie di benessere e bellezza: massaggi, trattamenti corpo e viso, programmi di snellimento, relax o benessere.

Le acque termali di Montecatini probabilmente erano già conosciute e sfruttate al tempo dei Romani, poiché nel 1788 durante lavori di recupero furono infatti trovate alcune statuette votive romane.

I primi studi sull'utilizzo delle acque risalgono all'inizio del 1400. Ugolino da Montecatini scrisse il *Tractatus de balneis* (1419-1420), il primo testo completo di idrologia medica e di idroterapia termale, nel quale elenca con precisione le qualità terapeutiche delle acque termali di Montecatini da lui stesso sperimentate, e ne indica le migliori modalità di assunzione in rapporto alle diverse patologie. Già nel 1477 le Terme sono organizzate con impianti efficienti.

# TRAVEL MONTECATINI TERME

A partire dal XVI secolo Montecatini vive un periodo di declino, che durerà oltre due secoli. La rinascita della cittadina è merito del Granduca Pietro Leopoldo di Lorena, vero grande fondatore dell'attuale Montecatini Terme, che affidò a valenti idraulici la sistemazione delle fonti, avviando la costruzione del Bagno Regio (1773), delle Terme Leopoldine (1779) e del Tettuccio (1779). La città venne anche regolata da un ordinato piano urbanistico che disegnò l'attuale assetto degli stabilimenti termali e progettò il lungo viale - "lo Stradone de' Bagni" - oggi Viale Verdi.

## INFORMAZIONI TURISTICHE

Ufficio Turistico IAT - Viale Verdi, Montecatini Terme  
Contatti / Contacts tel: +39 0572 772244 - e-mail: info@tomontecatini.com  
Orario Estivo

Aperto dal 1 agosto al 31 ottobre dalle 10:00 alle 13:00 - 17:00 alle 20:00;

Tutti i sabati di agosto resterà aperto dalle 21:00 alle 23:00; Mercoledì 2 agosto e 9 agosto aperto dalle 21:00 alle 23:00;  
CHIUSO IL LUNEDÌ

Orario Invernale

Aperto dal 1 novembre al 31 marzo dalle 10:00 alle 12:00 - 16:00 alle 18:00;

CHIUSO IL LUNEDÌ

## COME ARRIVARE a MONTECATINI TERME & VALDINIEVOLE

IN AEREO

Dai vicini aeroporti internazionali "Galileo Galilei" di PISA e "Amerigo Vespucci" di FIRENZE è possibile raggiungere tutta la Valdinievole in circa 30/40 minuti con l'auto, il treno o l'autobus.

Visita il sito:

[www.toscana-aeroporti.com](http://www.toscana-aeroporti.com)

## IN TRENO

Montecatini Terme è facilmente raggiungibile in treno. È infatti servita dalle linee Firenze - Lucca e Firenze - Viareggio: le stazioni sono quelle di Montecatini Terme-Monsummano e Montecatini Centro.

Per informazioni consultare la sezione TUTTI I TRENI di [www.trenitalia.com](http://www.trenitalia.com)

Per informazioni sui servizi ai disabili è attivo il numero verde unico nazionale 199 303060 e il sito di Trenitalia. Trenitalia Informazioni: 892 021 o sulla pagina di informazioni di Trenitalia clicca qui

## IN AUTO

La città di Montecatini Terme è facilmente raggiungibile in auto percorrendo l'Autostrada A11 "Firenze - Mare". Uscite: Montecatini Terme, Chiesina Uzzanese (Pescia).

Per chi proviene da Milano: Autostrada A1 direzione Firenze e, allo svincolo Firenze Nord, imboccare il raccordo per l'Autostrada A11 "Firenze Mare" direzione Pisa.

Per chi proviene da Roma: Autostrada A1 direzione Firenze e, allo svincolo Firenze Nord, imboccare il raccordo per l'Autostrada A11 "Firenze Mare" direzione Pisa.

Per chi proviene da Genova-Livorno: Autostrada A12 e, allo svincolo di Pisa Nord, imboccare l'Autostrada A1 direzione Firenze

Call Center Viabilità Autostrade per l'Italia: 840-04.21.21

## IN AUTOBUS

Montecatini Terme è raggiungibile con il servizio FlixBus. Per maggiori informazioni visitare il sito di FlixBus.

## COME MUOVERSI A MONTECATINI TERME

Tutte le zone della città sono raggiungibili mediante comodi servizi di linea con le Autolinee BluBus. Consultare il sito

[www.blubus.it](http://www.blubus.it) o chiamare il numero 0572 911781

Taxi con localizzazione a Montecatini Terme, con i seguenti numeri: Taxi Piazza del Popolo tel: 0572-71352 / Radiotaxi 0572-72262

## MONTECATINI E DINTORNI

Montecatini Terme si trova in una posizione di centralità rispetto alle più importanti città della Toscana. Da qui è infatti molto facile raggiungere i suggestivi luoghi della Valdinievole, come anche Firenze, Prato, Pistoia, Lucca e le località della Versilia.

È inoltre raggiungibile il Porto di Livorno, approdo per i viaggiatori che provengono dalle isole del Mediterraneo e punto di partenza per gite e viaggi.

## NOLEGGIO BICICLETTE

CICLOIDEA - CICLOIDEA BIKES

<https://www.cicloidea.it/it/noleggio-bici-cicloidea/noleggio-bici/>  
[noleggio-bici-montecatini-terme](https://www.cicloidea.it/it/noleggio-bici-montecatini-terme/)

Indirizzo Via Amendola, 24, Pieve a Nievole, PT Contatti: tel: +39 0572 952796

## GUIDE TURISTICHE

Centro Guide Pistoia

Guide Turistiche Abilitate di Pistoia e della Toscana

Indirizzo: Via de' Pappagalli 12 - 51100 - Pistoia, Italia - Tel: +39 335 7116713

e-mail: [centroguidepistoia@gmail.com](mailto:centroguidepistoia@gmail.com) - web: [www.centroguidepistoia.it](http://www.centroguidepistoia.it)

## ALTRI SITI

Terme di Montecatini - Montecatini Spas [www.termemontecatini.it](http://www.termemontecatini.it)

Siti del Territorio

1) Sito ufficiale del turismo di Montecatini Terme e della Valdinievole - Official website for tourism in Montecatini Terme and Valdinievole: [www.tomontecatini.com](http://www.tomontecatini.com)

2) Pistoia e Provincia - Pistoia and its area [www.discoverpistoia.it](http://www.discoverpistoia.it)

3) Visit Tuscany - Sito ufficiale Turismo Regione Toscana



# FESIK-CSI CONOSCIAMO LA FEDERAZIONE

CHI  
SIAMO



Tratto dal sito [www.fesik.org](http://www.fesik.org)

La Fesik, Federazione Educativa Sportiva Italiana Karate e discipline associate, è giunta al trentesimo anno dalla sua fondazione.

All'interno della Fesik si può praticare il Kumite Sportivo, Tradizionale e di Contatto ed i Kata dei principali stili riconosciuti a livello mondiale.

La Fesik ha personalità giuridica e vanta un riconoscimento da parte dello Stato Italiano, ottenuto a Milano il 10 luglio 2003, n°421, senza possedere il riconoscimento CONI.

La Fesik, in quanto affiliata alla WKMO, WUKF, ITKF ed ETKF, garantisce un prestigioso, reale sbocco internazionale per i suoi atleti. Troverete di seguito una sintetica spiegazione di tutte le nostre attività. Per qualsiasi ulteriore informazione è a disposizione la nostra Segreteria, su richiesta spediremo una mail contenente le quote di affiliazione e tesseramento e tutte le informazioni necessarie a chi vuole aderire.

A tutti i dirigenti e praticanti l'augurio di riempire le Vostre palestre nell'ambito di una corretta promozione delle Arti Marziali a livello educativo, sportivo, amatoriale e tradizionale.

**Assicurazione:** la Fesik assicura copertura assicurativa  
**Allenatori:** gli Allenatori Fesik potranno tesserare personalmente 1 società, un grande passo avanti sulla via della promozione del Karate in Italia

**Maestri:** nella Fesik la figura del "maestro" viene valorizza-

ta al massimo, ogni tecnico avente tale qualifica è abilitato dalla Federazione a tenere gli esami di Cintura Nera 1° Dan agli allievi della palestra nella quale è DT.

**Gare:** Campionati Regionali e Nazionali Preagonisti per Ragazzi Kata e Kumite divisi per stile, cintura, fasce di età (6-8, 9-10, 11-12 e 13-14 anni), M/F. Campionati Regionali e Nazionali Agonisti per Cadetti (15-17), Juniores (18-20), Seniores (21-35) e Veterani, da kyu a nera, solo per i tesserati Fesik. I Campionati sono abbinati alla Coppa Italia che ha luogo nella stessa sede: nelle diverse classi i primi 4 classificati conquistano le medaglie del Campionato, i successivi 4 ottengono quelle della Coppa Italia. In tal modo vengono premiati in ogni categoria otto atleti al posto di quattro.

**Pubblicità:** ogni società Fesik ha la possibilità di fare promozione tramite il sito della Federazione, il giornalino federale e sulle riviste di settore della stampa italiana.

**Regioni:** tutte le regioni italiane sono rette da un Comitato eletto dalle società tesserate. Un Delegato può essere nominato nelle province. Le Regioni organizzano attività di Stage Tecnici e Gare Regionali.

**Libertà:** la Fesik concede ai suoi tesserati la possibilità di aderire ad altre organizzazioni previa comunicazione alla Segreteria Fesik che valuterà se le richieste sono in contrasto con gli interessi comuni, vale il tacito assenso. È obbligatoria priorità alla Fesik in caso di

concomitanza di evento.

**Discipline Associate:** oltre al Karate vi sono affermati settori quali Aikido, Tai Chi Quan, Krav Maga, Difesa Personale, Judo, Yoga, Kobudo ecc.

**Tecnici:** l'Organigramma Fesik, a garanzia di aggiornamenti tecnici ottimali, è oggi il migliore d'Italia per quanto riguarda karate sportivo, tradizionale, di contatto ed amatoriale in una sola Associazione. Inoltre la Fesik ha stipulato convenzioni con i più grandi tecnici di kata e kumite oggi in attività al mondo i quali, a turno, saranno in Italia una volta all'anno in occasione dello Stage Tecnico Nazionale di Gaeta.

**CENTRO  
TECNICO  
FEDERALE**

Via S. Donnino 4-6 – 50013  
Campi Bisenzio (FI)

Il 22 ottobre 2022: una data importante nella storia della Fesik, il giorno in cui si è inaugurato il Centro Tecnico Federale della Fesik dedicato a Carlo Henke, primo presidente della Fesik.

Grazie all'importante lavoro svolto dal vice presidente Evro Margarita e dal segretario generale Andrea Lotti, coadiuvati dal maestro Roberto Piccini, Presidente del Comitato Regionale toscano, la Fesik ha individuato il suo centro tecnico federale a Campi Bisenzio, poco distante da Firenze, presso la Fondazione Spazio Reale.

I ringraziamenti vanno anche a



# FESIK-Csi CONOSCIAMO LA FEDERAZIONE

Roberto Posarelli, Consigliere Federale del Csi, ente di promozione sportiva con il quale la Fesik collabora ormai da qualche anno; ha commentato durante la cerimonia il presidente federale Sean Henke dopo aver tracciato un breve profilo del padre.

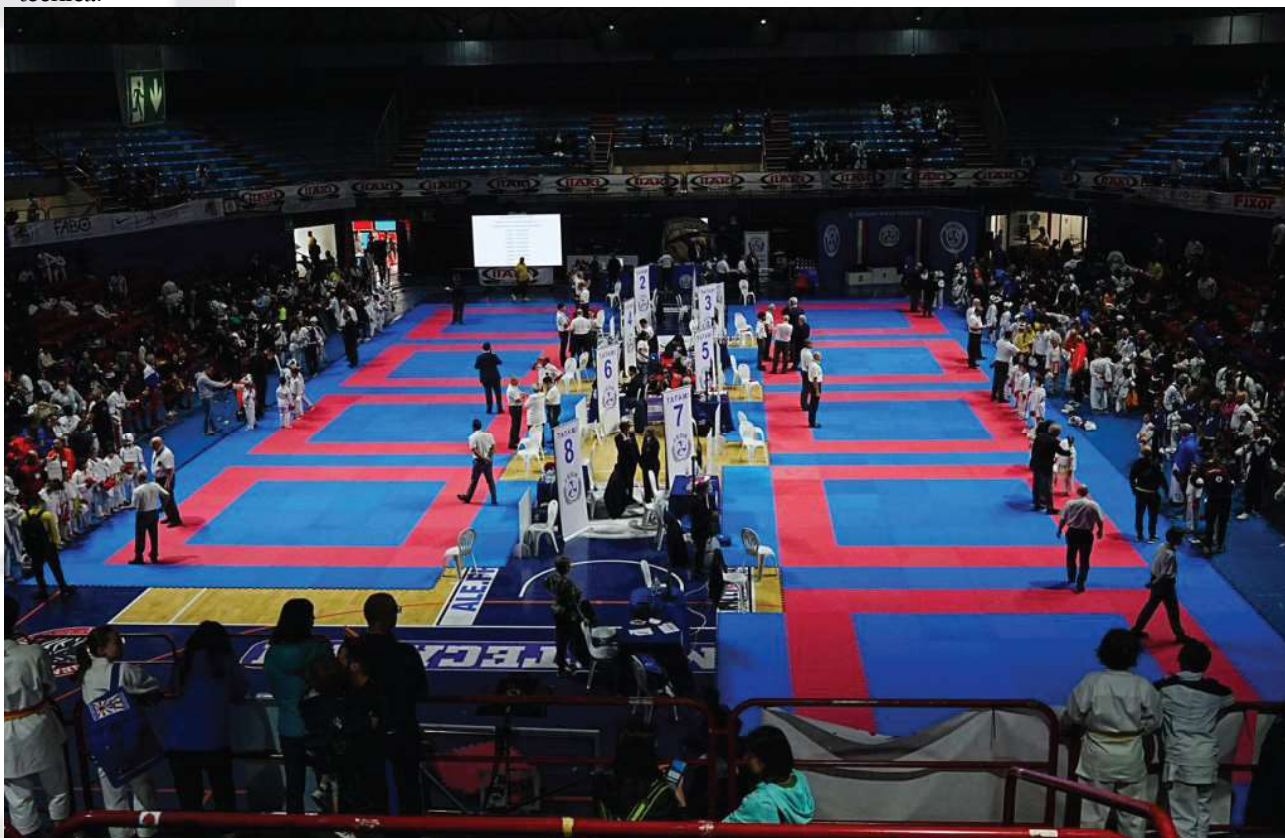
Il complesso rappresenta una realtà veramente invidiabile. Oltre alle due tensostrutture adiacenti, all'interno delle quali si struttura prevede una foresteria per l'alloggio dei partecipanti, sale per attività didattiche, un bar accogliente ed elegante e un ristorante che, nonostante sia collocato all'interno di una struttura sportiva, offre un menu assolutamente interessante e confezionato in maniera egregia. Estrema gentilezza del personale addetto e ampia disponibilità alla risoluzione di ogni problema logistico.

Si svolgeranno al centro i raduni arbitrali, della rappresentativa giovanile, lo stage docenti e gli esami di qualifica tecnica.

Non saranno previsti invece i campionati nazionali che, per l'ampio afflusso di partecipanti, necessitano di impianti con tribune più capienti per gli spettatori.

“Sono veramente e positivamente colpito dal fatto che questo progetto si sia avverato in tempi così brevi“, commenta il Consulente Federale Ilio Semino “Questo traguardo, unico per una Federazione non sovvenzionata dal Coni, ha dello straordinario e apre nuovi e inimmaginati scenari organizzativi, tecnici e di formazione a tutti i livelli“.

Presente all'inaugurazione anche il Vice Presidente della regione Toscana Stefania Saccardi che, insieme al Presidente Federale, ha scoperto la targa dedicata a Carlo Henke. Buona affluenza di partecipanti al primo evento federale organizzato nello stesso giorno: il Campionato nazionale assoluto Fesik, competizione riservata alle cinture nere di kata e kumite.



# FESIK-CSI CONOSCIAMO LA FEDERAZIONE

## IL FONDATORE CARLO HENKE

Carlo Henke, insieme al M° Demetrio Donati, è stato il fondatore della FESIK.

Carlo Henke nasce il 28 Giugno 1937 a Cannero. Frequenta il liceo classico del Collegio S.Maria di Verbania. Per alcuni anni vive a Roma e Milano, poi si dedica al giornalismo.

Diventa pubblicista nel 1978; dal 1980 al 1989 dirige con successo due mensili a tiratura nazionale ed è stato collaboratore della rivista mensile Samurai. Dopo una breve parentesi nel calcio e pugilato inizia la pratica del Karate nel 1966 sotto la guida del M° Hiroshi Shirai; Nel 1969 fonda la Nenryu, associazione sportiva di Karate che sarà attiva a Verbania a partire dal 1974. Il primo titolo importante della gloriosa società Nenryu è datato 1978 quando ottiene il titolo di Campione d'Italia di Kumite a squadre battendo le formazioni delle Fiamme Gialle e dei Carabinieri. Camillo Ferrari, Ivano Pederiva e Giuseppe Pirelli sono solo alcuni tra i più titolati atleti della Nenryu di quel tempo, ma tutti i tecnici che oggi operano con successo nel Verbano-Cusio-Ossola sono usciti da questa società e sono stati allievi diretti del M° Henke.

Per lungo tempo aderisce alla FIK (Federazione Italiana Karate), organizzazione nella quale Henke rimarrà per vent'anni ricoprendo cariche importanti quali presidente degli arbitri in Italia, arbitro mondiale, membro della commissione mondiale di arbitraggio nell'80 a Tokyo, quindi presidente della Commissione Tecnica Nazionale che guidò l'Italia a conquistare il primo titolo mondiale di combattimento della sua storia nel 1982 a Madrid.

Negli anni seguenti si dedica prevalentemente a ruoli dirigenziali e, dopo aver fondato la FESIK nel 1993, è socio fondatore della WKC

nel 1996 e della WUKO nel 2005. È stato sindaco di Cannero Riviera ed assessore della città di Cannobio.

### Curriculum

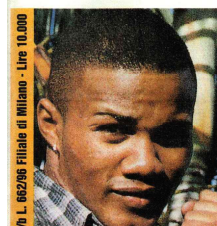
**Carlo Henke**  
n. Cannero Riviera 28.06.1937  
m. Cannobio 13.09.2010

1966 Inizio attività Karate - 1969 Conseguimento della Cintura Nera 1° Dan - 1969 Conseguimento della qualifica di Istruttore - 1971 Conseguimento della Cintura Nera 2° Dan - 1971 Conseguimento della qualifica di Maestro - 1971 Conseguimento della qualifica di Arbitro Nazionale - 1972 Conseguimento della qualifica di Arbitro Internazionale - 1973 Membro della Commissione Arbitrale Europea (UEK/EKU) - 1975 Conseguimento della Cintura Nera 3° Dan - 1978 Conseguimento della Cintura Nera 4° Dan - 1982 Conseguimento della Cintura Nera 5° Dan - 1982 Nomina a Presidente della Commissione Tecnica FIKDA - 1987 Conseguimento della Cintura Nera 6° Dan - 1991 Presidente del Settore Sportivo FIKTA - 1993 Conseguimento della Cintura Nera 7° Dan - 1993 Membro fondatore e Presidente FESIK - 1993 Conseguimento qualifica di Docente Federale - 1996 Membro fondatore e Vicepresidente WKC - 2000 Conseguimento della Cintura Nera 8° Dan - 2001 Nomina a Chairman WKC - 2005 Membro fondatore e Chairman WUKO - 2005 Presidente Onorario WUKO - 2008 Presidente della WUKO - 2010 Presidente Onorario della FESIK - 2010 Medaglia d'oro della WKF (World Kobukan Federation) - 2010 Conseguimento della Cintura Nera 9° Dan alla memoria

mento della Cintura Nera 7° Dan - 1993 Membro fondatore e Presidente FESIK - 1993 Conseguimento qualifica di Docente Federale - 1996 Membro fondatore e Vicepresidente WKC - 2000 Conseguimento della Cintura Nera 8° Dan - 2001 Nomina a Chairman WKC - 2005 Membro fondatore e Chairman WUKO - 2005 Presidente Onorario WUKO - 2008 Presidente della WUKO - 2010 Presidente Onorario della FESIK - 2010 Medaglia d'oro della WKF (World Kobukan Federation) - 2010 Conseguimento della Cintura Nera 9° Dan alla memoria

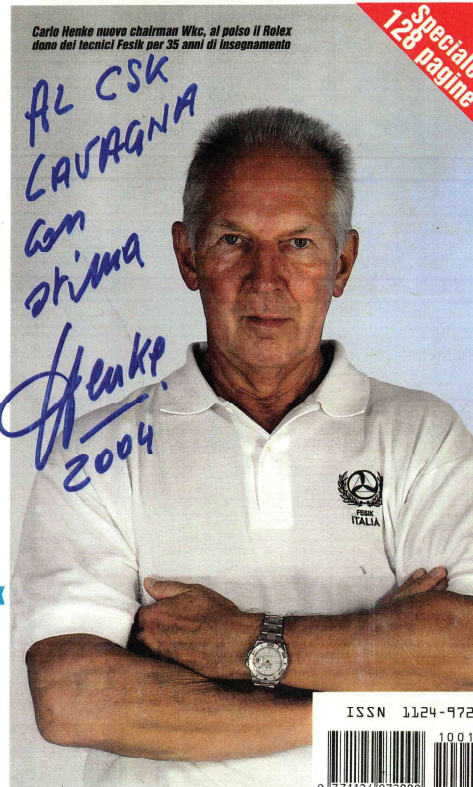


Il compagno di viaggio del terzo millennio nelle discipline di combattimento



Felix Trinidad

**Judo**  
Mondiali:  
Macri  
sul podio  
**Karate**  
Un anno di Fesik  
Komazawa  
"Kase Ito"  
**Dal mondo**  
Il buddismo in  
Giappone



Carlo Henke nuovo chairman Wkc, al polo il Rolex dono dei tecnici Fesik per 35 anni di insegnamento

Numero diretto - Nuova serie - Anno dodicesimo - Ottobre 2001 - Sped. abb. post. 45% - Art. 2 C 2001 L. 662/96 Filiale di Milano - Lire 10.000

ISSN 1124-9722  
9 771124 972009

# FESIK-CSI CONOSCIAMO IL CSI

CHI  
SIAMO



Il Centro Sportivo Italiano è un'associazione senza scopo di lucro, fondata sul volontariato, che promuove lo sport come momento di educazione, di crescita, di impegno e di aggregazione sociale, ispirandosi alla visione cristiana dell'uomo e della storia nel servizio alle persone e al territorio. Tra le più antiche associazioni di promozione sportiva del nostro Paese, il CSI risponde ad una domanda di sport non solo numerica ma qualificata sul piano culturale, umano e sociale. Da sempre i giovani costituiscono il suo principale punto di riferimento, anche se le attività sportive promosse sono rivolte ad ogni fascia di età.

Educare attraverso lo sport è la mission del Centro Sportivo Italiano. Questo è ormai consolidato nella prassi e nella coscienza dell'associazione a tutti i livelli. Lo sport inteso dal CSI può anche essere uno strumento di prevenzione verso alcune particolari patologie sociali quali la solitudine, le paure, i timori, i dubbi, le devianze dei più giovani. Un'attività sportiva organizzata, continuativa, seria, promossa da educatori, allenatori, arbitri, dirigenti consapevoli del proprio "mandato" educativo, infatti, aiuta i giovani ad andare oltre, ad abbandonare gli egoismi e ad affrontare la strada della condivisione, della sperimentazione del limite, della conoscenza di sé. Proprio per questo, il CSI prevede un'articolazione della proposta sportiva nel rispetto delle età e dei bisogni di ciascun atleta, permettendogli in tal modo di

scoprire il meglio di sé, di imparare a conoscere il proprio corpo, a valorizzarlo, a stimolarlo.

## Riconoscimenti

Il CSI è un Ente di promozione sportiva diffuso su tutto il territorio nazionale riconosciuto dal Comitato Olimpico Nazionale Italiano (CONI).

È un Ente accreditato alla Scuola Nazionale dello Sport del CONI per lo svolgimento di attività didattiche finalizzate al rilascio di qualifiche tecniche riconosciute dal Sistema Nazionale di Qualifiche dei Tecnici Sportivi (SNaQ).

È riconosciuto dal Comitato Italiano Paralimpico (CIP) quale Ente di Promozione Sportiva Paralimpico.

È riconosciuto dalla Conferenza Episcopale Italiana come associazione di ispirazione cristiana.

È riconosciuto dal Ministero dell'Interno quale Ente nazionale con finalità assistenziali.

È iscritto al Registro Nazionale delle Associazioni di Promozione Sociale, riconosciuto dal Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali e può operare come rete associativa nazionale di Terzo Settore.

È riconosciuto dal Ministero dell'Istruzione e Merito (MIUR) quale Ente accreditato per la formazione del personale della scuola. Con lo stesso Ministero ha stipulato un Protocollo d'Intesa per l'organizzazione e la promozione di azioni di sensibilizzazione e di informazione rivolte a studenti, docenti e genitori sul valore della pratica sportiva, nonché di percorsi di formazione,

aggiornamento e occasioni di incontro per docenti e genitori.

Ha un protocollo d'Intesa con il Ministero della Giustizia per la promozione di attività di reinserimento e inclusione sociale destinate ai minori gravitanti nell'area penale esterna. Il CSI ha stipulato un protocollo d'intesa anche con il Dipartimento dell'amministrazione penitenziaria per la realizzazione di attività motorio-sportive in favore dei soggetti in esecuzione di pena detentiva.

Ha un protocollo d'Intesa con il Ministero della Salute per promuovere e facilitare l'assunzione di abitudini salutari da parte della popolazione nell'ottica della prevenzione delle principali patologie croniche.

È un Ente accreditato in seconda classe dall'Ufficio Nazionale per il Servizio Civile per la gestione dei progetti di servizio civile volontario.

Fa parte della Consulta Nazionale delle Aggregazioni Laicali (CNAL), organismo promosso dalla Conferenza Episcopale Italiana (CEI).

Il CSI è membro dell'alleanza Crescere al Sud, per la promozione dei diritti dell'infanzia e dell'adolescenza nelle regioni del sud Italia e, in questa prospettiva, aderisce anche al gruppo CRC per il monitoraggio dell'attuazione della carta dei diritti dell'infanzia e dell'adolescenza in Italia.

È socio del Forum permanente del Terzo Settore, del Forum nazionale dei Giovani e ha firmato convenzioni di collaborazione con l'Associazione Italiana Genitori.

## Commissione Nazionale del Settore Karate Csi-Fesik

*Presidente*

**Evro Margarita**

*Membri*

**Francesco Romano Bonizi**

**Andrea Lotti**

Per restare aggiornati visitate il sito

**www.csi-net.it**



# SPONSORSHIP CONOSCIAMO I NOSTRI SOSTENITORI

## Studio.220 coaching & personal training

Specializzato in Personal Training, il nostro studio offre servizi mirati per il benessere psicofisico. Da preparazioni atletiche mirate (anche per il karate) a programmi di dimagrimento, dalla tonificazione muscolare alla rieducazione

motoria, ogni percorso è personalizzato e studiato sulla persona. Inoltre utilizziamo trattamenti criogenici mediante criosauna a basse temperature per potenziare i risultati e promuovere il benessere generale dei nostri clienti.

Via Entella, 220, Chiavari - Ge - Italia  
Info: Mattia Devoto 3485691422  
e-mail [studio.220@lorypersonaltrainer.com](mailto:studio.220@lorypersonaltrainer.com)  
sito web: [lorypersonaltrainer.com](http://lorypersonaltrainer.com)



## SPONSORSHIP

# DIVENTA SOSTENITORE

Il CSK 1978 è uno dei più vecchi Club di arti marziali ancora in attività della Liguria.

Fondato nel 1978 dal Maestro Evro Margarita proprio quest'anno ha compiuto **46** anni di attività.

Nelle tre palestre di Lavagna, San Salvatore e Carasco si può praticare il grande karate stile Shotokan del CSK in corsi aperti a tutti, dai 4/5 anni di età sino a 80 anni.

• **Lavagna** (Genova), Palestra scuola elementare Riboli, Via Fabio Filzi

• **San Salvatore** (Genova), Palestra di potenziamento San Martino, adiacente al campo di calcio

• **Carasco** (Genova), Palazzetto dello Sport, Via Piani

Nella Palestra di via Fabio Filzi a Lavagna, inoltre, si può anche provare a praticare Difesa Personale (età minima consigliata 14 anni), disciplina nella quale il CSK è stato tra i precursori in Liguria (primi corsi nel 1994), insegnati oggi secondo il metodo S.D.E. Sistema Difesa Essenziale, codificato dal M. Evro Margarita insieme ad altri tecnici italiani. Il CSK 1978 aderisce alla FESIK-Federazione Educativa Sportiva Italiana Karate e al CSI-Centro Sportivo Italiano, primario ente di Promozione Sportiva

riconosciuto dal CONI.

Il CSK 1978 organizza periodicamente gare partecipando con i suoi atleti alle manifestazioni federali regionali e nazionali.

L'immagine della Vostra azienda/società sarà diffusa tramite tutti i nostri canali di comunicazione, social network come facebook e instagram, canale whatsapp, sito web ufficiale, magazine mensile e su tutta la carta stampata per la promozione e divulgazione degli eventi da noi organizzati.

Per informazioni ed approfondimenti è possibile contattare il responsabile Evro Margarita al numero 347 4173304.



ASD C.S.K. 1978



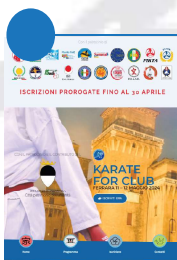
# FESIK-Csi AGENDA ATTIVITA'

## CALENDARIO DELLE ATTIVITA'

mese di **MAGGIO** 2024

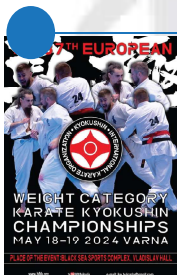
### **11 - 12** 16th International Championship for Clubs

Ferrara (competizione interfederale)



### **16 - 19** 37th ETKF European Championship

Romania



### **17 - 19** Campionato Nazionale Agonisti (CA / JU / SE / VE)

Montecatini Terme



### **26** Terzo Stage Monte Ore

Diano Marina



Con il patrocinio di



**ISCRIZIONI PROROGATE FINO AL 30 APRILE**

CON IL PATROCINIO E IL CONTRIBUTO DEL



COMUNE DI FERRARA  
Città patrimonio dell'umanità



# KARATE FOR CLUB

FERRARA 11 - 12 MAGGIO 2024

[ISCRIVITI ORA](#)



Home



Programma



Iscrizione



Contatti



WWW.FESIK.ORG

# CAMPIONATO NAZIONALE

## AGONISTI

Cadetti, Juniores,  
Seniores, Veterani

17-18-19  
MAGGIO

2024

MONTECATINI TERME  
PALATERME, VIA CIMABUE







**26**

**MAGGIO**

**DIANO MARINA**

VIA DIANO CASTELLO, 20 (IM)



**3° STAGE MONTE ORE**

ore 8:30 iscrizioni  
ore 9:00 inizio stage  
ore 12:00 fine stage  
ore 12:15 esami Karate  
ore 12:30 esami Taiji Quan



ore 15:00 CAR Kumite



# S.Me.P

Studio Medico Polispecialistico

Via Matteotti 30 Lavagna (GE)

[www.studiomedicolavagna.it](http://www.studiomedicolavagna.it)



# MEDICINA DELLO SPORT

Certificazione agonistica  
Certificazione non agonistica  
**Tutti gli Sport e Discipline**

Tel. 0185 044246



[www.studiomedicolavagna.it](http://www.studiomedicolavagna.it)



## PRENOTA

# 0185/044246



空手道

