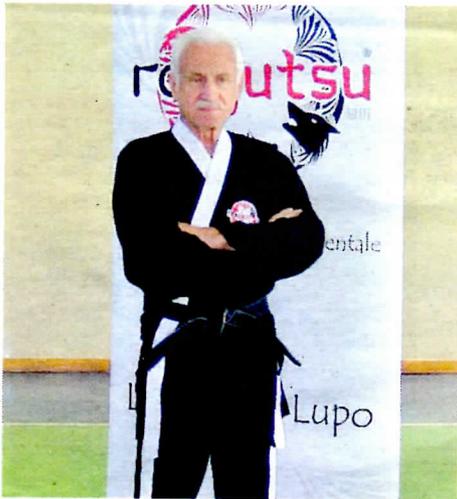


ARTI MARZIALI

CREATA DAL MAESTRO OTTORINO MOMBELLI

Roujutsu, la «via del lupo»: disciplina che fonda le radici proprio nel Bresciano



Equilibrio

■ Il Roujutsu forma atleti che basano le loro capacità su un equilibrio tra disciplina ed autocontrollo. Nella fotografia a sinistra il maestro Ottorino Mombelli, a destra, sopra, un momento di una lezione di difesa personale, e, sotto, dei partecipanti ad un corso di auto difesa femminile



Respirazione, concentrazione, calma, tecnica e controllo sono alcuni dei pilastri su cui si fonda l'apprendimento di tecniche semplici quanto efficaci

■ Una disciplina che vuole espandersi su tutto il territorio nazionale. E' il Roujutsu, che letteralmente significa «La Via (Arte) del Lupo», una disciplina ideata e codificata dal maestro Ottorino Mombelli, ora riconosciuta dal Coni.

Recentemente anche la Scuola Regionale di Formazione Sportiva di Libertas Lombardia ha scelto di promuovere su tutto il territorio nazionale la diffusione del Roujutsu attraverso la formazione di istruttori qualificati, secondo la normativa del Settore Formazione del CNS Libertas ed organizzata dalla suddetta Scuola. Inoltre il CNS Libertas si è impegnato a riconoscere, secondo le proprie procedure, la valenza di questi corsi di formazione, rilasciando di volta in volta attestati che convalidano l'operato formativo del maestro Ottorino Mombelli. Tutto nasce 40 anni fa, in una palestra di Prevalle, dove prende forma questa nuova forma di disciplina sportiva.

Il Roujutsu è per tutte le età e si basa principalmente sulla ricerca costante del proprio equilibrio. Esso insegna a «combattere senza combattere» ovvero ottenere il massimo risultato con il minimo sforzo, rappresentato dal motto «Cedere per vincere».

Le tecniche insegnate all'allievo lo metteranno nella condizione di ridurre al minimo il rischio salvaguardando le proprie forze per eventuali esigenze. Si tratta di una disciplina fluttuante che, fondata su tecniche ben precise, le trasforma in ba-

se alle situazioni, tendendo in considerazione i punti di forza e di debolezza dell'avversario.

Il Roujutsu comprende dieci elementi chiave: respirazione, concentrazione, calma psichica, adattamento al luogo, intenzione, riduzione del rischio, tecnica, risparmio dell'energia, determinazione, controllo. Questi elementi fanno di quest'arte una disciplina innovativa e affascinante con una straordinaria padronanza e gestione delle proprie forze.

Attualmente i corsi di Roujutsu si tengono presso Asd Mizudo via Beneamati, 95, Toscolano Maderno (presidente: John van der Waart, tel. 338 874 6645) Asd Washi Ryu Bione, via Mazzini, 20 Bione (presidente Andrea Martinelli, tel. 320 083 2113); Asd Sagido, via S. Michele, 56 Idro (presidente Alice Pace tel. 339 210 9448); Asd Yoshitaka Arti Marziali, viale Rimembranze, 1, Prevalle (caposcuola e fondatore m° Ottorino Mombelli Tel. 338 7534966); Asd Seicho Do, via degli Acciaioli, 15, Brescia (presidentelvan Bini Chiesa, Tel. 3486524076); Asd. Yoshitaka Prevalle Filiale di Vallio Terme (Presidente Giuseppe Cantoni, tel. 338 524 5900); Aad Senken, via Mazzini, 20 Botticino (presidente Luca Capra, tel. 339 848 4070); Asd In Police, via Pietro da Salò, 126 Salò (presidente Simone Rebusco, tel. 347 9731032).

Informazioni su tutti i Club bresciani di questa innovativa arte marziale si possono avere su info@roujutsu.it.



INTENTO EDUCATIVO

Allenamenti progressivi, studiati per adattarsi all'età di tutti gli allievi

■ Il Roujutsu è un sistema di allenamento studiato e testato in questi anni con l'intento di educare, sia i bambini che gli adulti, alla conoscenza e padronanza del proprio corpo tramite la mente.

Attraverso il gioco si fanno apprendere ai bambini le loro capacità motorie lasciando spazio alla loro inventiva con particolare attenzione alla socializzazione. Con il progressivo avanzare dell'età, vengono acquisite tecniche che sfruttano l'irruenza dell'avversario per indurla al proprio vantaggio. Per gli adulti l'inserimento è graduale e le tecniche adattate alle condizioni fisiche.

Non avendo improntato, negli ultimi anni, gli allenamenti con particolari scopi agonistici, si è giunti al risultato che gli allievi socializzano in modo eccellente fra loro, acquisendo le tecniche in modo personale, sfruttando al meglio le proprie attitudini, dimostrando più sicurezza e autonomia nel comportamento. S'è poi trovato il modo di valutare le capacità dei singoli in esibizioni non competitive che lasciano spazio a creatività e ricerca della migliore prestazione.