

Riccardo Partinico  
Trent'anni da Samurai





*Ringrazio le Istituzioni dello Sport, i miei Maestri, i miei Compagni di allenamento ed i miei Allievi per aver contribuito, in epoche diverse, a farmi raggiungere traguardi inimmaginabili.*

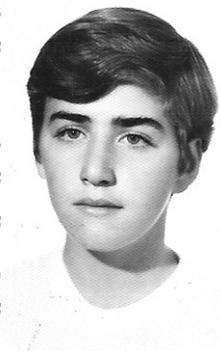
**Reggio Calabria 22.12.2008 Riccardo Partinico**



**Riccardo Partinico**, nato a Reggio Calabria il 30 Agosto 1957;  
Atleta "Agonista" di livello nazionale dal 1979 al 1985;  
Docente di Ed. Fisica nelle Scuole Medie di 1° grado dal 1984;  
Insegnante Tecnico abilitato all'insegnamento del Karate dal 1985;  
Direttore Tecnico "Settore Karate" della **S.G.S. FORTITUDO 1903 di Reggio Calabria**  
**"Stella d'Oro C.O.N.I. al Merito Sportivo"** e **"Collare d'Oro C.O.N.I. al Merito Sportivo"**

**1979 - Reggio Calabria** - Campione Regionale Assoluto di Kumite, cat. 80 kg;  
**1980 - Latina** - Finalista Nazionale al Campionato Italiano a Squadre;  
**1981 - Ferrara** - Finalista Nazionale al Campionato Italiano Seniores, cat. 75 kg.;  
**1981 - Reggio Calabria** - Campione Italiano a Squadre di Kumite;  
**1982 - Roma** - 5° classificato al Campionato Italiano Seniores, cat. 75 kg.;  
**1982 - Reggio Calabria** - Promosso Cintura Nera 1° Dan;  
**1982 - Reggio Calabria** - Promosso Allenatore di Karate;  
**1983 - Catanzaro** - Conseguo il titolo di Insegnante di Ed. Fisica con il punteggio di 110 e lode;  
**1983 - Napoli** - 5° classificato al Campionato Italiano Seniores, cat. 75 kg.;  
**1983 - Reggio Calabria** - 2° classificato al Trofeo Nazionale GO JU a Squadre;  
**1983 - Campobasso** - Finalista Nazionale alla Coppa Italia, cat. 75 kg.;  
**1984 - Marsciano (PG)** - 1° classificato Trofeo Nazionale "Città di Todi" a Squadre;  
**1984 - Nicastro (CZ)** - Promosso Cintura Nera 2° Dan;  
**1984 - Parma** - 5° classificato al Campionato Italiano Seniores, cat. 75 kg.;  
**1984 - Palermo** - Campione Italiano Kumite 1984 AICS - categoria 75 kg;  
**1984** - Assume l'incarico di Docente di Ed. Fisica presso l'Istituto S. Vincenzo de Paoli di RC.;  
**1984 - Reggio Calabria** - Vincitore Trofeo Nazionale GO JU RYU cat. 75 kg.;  
**1985 - Vicenza** - 5° classificato al Campionato Italiano Seniores, cat. 75 kg.;  
**1985 - Palermo** - 4° classificato Trofeo Internazionale "Master 1985" - ENDAS;  
**1985 - Tirrenia** - Promosso Istruttore di Karate;  
**1985** - Avvia la Palestra "Centro Sportivo Mediterraneo" Via Villini Svizzeri, RC;  
**1987 - Acqua Acetosa (Roma)** - Promosso Cintura Nera 3° Dan;  
**1988** - Vince il Concorso a Cattedre di Educazione Fisica in Provincia di Reggio Calabria;  
**1989** - Avvia la Palestra "Vip Club" Via Nazionale Pentimele, RC;  
**1989** - Acquisisce la qualifica di "Istruttore dei Centri di Avviamento allo Sport" C.O.N.I.;  
**1990 - Acqua Acetosa (Roma)** - Promosso Maestro di Karate;  
**1990** - Avvia il Poligono di Tiro "Città dello Stretto";  
**1991 - Cattolica** - Promosso Cintura Nera 4° Dan;  
**1992 - Acqua Acetosa (Roma)** - Promosso "Maestro Specializzato";  
**1992** - Avvia la Palestra "Colibri" Corso Garibaldi, RC;  
**1993** - Acquisisce la qualifica di "Istruttore Centri Giovanili" C.O.N.I.;  
**1996 - Roma** - Promosso Cintura Nera 5° Dan;  
**1997** - Preparatore atletico della squadra di **Calcio "a 5"** "Panapesca" promossa in serie A;  
**1997** - Responsabile Regionale del "Progetto Scuola" e Coordinatore Attività Didattica;  
**1998 - Scuola Media Oppido Mamertina (RC)**: Invenzione del Tappeto a Scacchi;  
**2000** - Assume l'incarico di Insegnante Tecnico della S.G.S. FORTITUDO 1903;  
**2002** - Avvia la Palestra di Karate al "Parco Caserta" Via Rosselli, RC;  
**2003** - Preparatore atletico della Squadra di **Hockey "Azzurrina"** promossa in serie A;  
**2004** - Pubblica il manuale di Karate **"Il Progetto Leonardo"**;  
**2005** - Pubblica lo studio scientifico **"Lettura Anatomica dei Bronzi di Riace"**;  
**2005** - Il Presidente della FIJLKAM gli conferisce il grado di **Cintura Nera 6° Dan**;  
**2006** - Pubblica il manuale **"Karate Games"** (Giochi con palloncini gonfiabili);  
**2008** - Codifica il **Metodo di Autodifesa ATLJK**;  
**2008** - Il Presidente Nazionale del C.O.N.I. gli conferisce **"La Palma di Bronzo al Merito Tecnico"**.

Nel Settembre del 1972 avevo appena compiuto 15 anni e andai, assieme a Nando Fiorentino, vicino di casa e amico d'infanzia, ad iscrivermi ai corsi di Lotta della S.G.S. Fortitudo 1903. Arrivati in Palestra, accanto alla Piscina Comunale, nel lato Sud dello Stadio "Granillo", il Prof. Giuseppe Pellicone, Insegnante Tecnico della gloriosa Società Sportiva, ci chiese testualmente: <<come mai volete praticare Lotta?>>, io risposi tutto d'un fiato: <<perchè voglio dare botte a mio fratello...>>. Iniziammo gli allenamenti seguiti, anche, dal Maestro dello Sport Saverio Neri e dai Collaboratori Bartolo La Face e Paolo Tarsia. Le lezioni si svolgevano la sera dalle 20:00 alle 22:00 e dopo due stagioni di attività assieme ad atleti maturi, per il fatto che a quell'ora, tarda, non c'erano mezzi pubblici per rientrare a casa, nel 1974, io e Nando Fiorentino lasciammo il corso di Lotta ed andammo a frequentare una Palestra privata, di proprietà di Elio Callea, in via Giulia. Si trattava di una vecchia stanza, 4 metri x 4 metri, con tre panche, quattro bilancieri, 200 chilogrammi di pesi, una sbarra ed un sacco di boxe. La "Palestra" era frequentata anche da Filippo Saccà, Gianfranco Quattrone, Antonio Calafiore e Nino Laganà. Nel 1975, Elio Callea, trasferiva i suoi "attrezzi" nella Palestra di Bruno Nucera presso la Bushido Karate a S. Antonio al Santuario. Io, Filippo Saccà, Gianfranco Quattrone, Antonio Calafiore, Nando Fiorentino iniziammo ad allenarci in quella Palestra; Nino Laganà si arruolò in Finanza. Avevo compiuto da poco 18 anni, sollevavo 125 kg di panca orizzontale e 92,500 kg di "lento in avanti", giocavo a Calcio negli Juniores del Gallina e, con i fratelli Giovanni ed Antonio Calafiore, Cinture Marroni di Karate, iniziai ad apprendere le posture e le tecniche del Karate. Nell'ottobre del 1977, doveti lasciare la Palestra di S. Antonio e trasferirmi alla Scuola Allievi Ufficiali di Foligno. Ogni giorno, nel tempo libero, andavo in palestra e mi esercitavo su di un sacco di boxe a provare Gyakutzuki, Mawashigeri ed altre tecniche di Karate.



Nel gennaio del 1979, congedatomi dal Servizio Militare con il grado di Tenente, rientro a Reggio Calabria e riprendo gli allenamenti nella Palestra di S. Antonio. Il Maestro Bruno Nucera mi convinceva a non allenarmi più con gli attrezzi e dedicarmi esclusivamente al Karate agonistico. Iniziavo con le competizioni e fino all'anno 1985 partecipavo a tutti i Campionati Italiani Seniores, Individuali ed a Squadre. Nel 1983, discutevo la Tesi all'ISEF di Catanzaro "La preparazione atletica dei giovani che, provenendo dai CAS, si avvicinano al Karate" e conseguivo il titolo di Insegnante di Educazione Fisica con il punteggio di 110 e lode, poi, acquisivo la qualifica di Istruttore e dal 1 ottobre 1985 al 30 settembre 2000, insegnavo Karate nella Società Sportiva Mediterraneo; dal 1 ottobre 2000 assumevo l'incarico di Insegnante Tecnico del Settore Karate della gloriosa "Fortitudo 1903" del prof. Giuseppe Pellicone. I risultati conseguiti dai miei allievi in campo nazionale erano tanti: il titolo di Vice Campione d'Italia "Cadetti" conquistato da Gianluca Pizzonia nel 1987, il Titolo di Campione d'Italia "Juniores" conquistato da Simone Romeo nel 2003 e il titolo di Campionessa d'Italia per Rappresentative Regionali conquistato da Alessandra Benedetto nel 2007 ed il titolo di Campionessa Nazionale Universitaria nel 2008. Le Medaglie di Bronzo conquistate ai Campionati d'Italia "federali" erano 10 (1 Pizzonia, 1 Caruso, 1 Calarco, 7 Benedetto). Nel 2005 il Presidente della FIJLKAM, dr. Matteo Pellicone, mi conferiva il grado di 6° Dan per Meriti Sportivi e nel Dicembre 2008, il Presidente del C.O.N.I., dr. Gianni Petrucci, mi insigniva del prestigioso riconoscimento, riservato agli Insegnanti Tecnici più validi d'Italia: la "Palma di Bronzo al Merito Tecnico".



1° Classificato

**Reggio Calabria - Finale del Campionato Italiano a Squadre 1981**



1985 - Demetrio Mangiola, Riccardo Partinico, Peppe Cardile, inseparabili compagni di allenamento



**1° Classificato**

**Reggio Calabria - Finale categoria 75 kg - Trofeo Nazionale GO JU RYU 1984**



**2° Classificato**

**3° Classificato**

**4° Classificato**

**1° Classificato**

**Palermo - Finalisti del Trofeo Internazionale "Master 1985" Kotzebue, Dietl, Partinico, Sailsman**

**Agosto 1985.** L'Avv. Maria Diana Chinè, Arbitro di Karate, Cintura Nera 2° Dan, fondava assieme al Dr. Vincenzo De Salvo, al Dr. Luigi Nicotera ed all'Istruttore Federale di Karate, Prof. Riccardo Partinico, l'Associazione Sportiva C.S. MEDITERRANEO. Il **23 settembre 1985** l'Associazione si affiliava alla FITAK con codice 218007, l'attività sportiva si svolgeva nella Palestra in Via Villini Svizzeri dir. Gulli, 5/D a Reggio Calabria e la Direzione Tecnica veniva affidata all'insegnante Riccardo Partinico.



Mariolina Chinè

**Ottobre 1985.** Per la prima volta nella storia del Karate, un Istituto Scolastico, riconosciuto dal Ministero della Pubblica Istruzione, autorizzava lo svolgimento di corsi di Karate durante le ore di Educazione Fisica. La Preside dell'Istituto S.Vincenzo de Paoli di Reggio Calabria, Suor Ernesta Calà, autorizzava il professore di Educazione Fisica Riccardo Partinico a svolgere lezioni di Karate durante le ore curricolari ed anche nelle ore extra curricolari il Dirigente Scolastico concedeva la Palestra dell'Istituto per l'avviamento di due corsi di Karate. I risultati arrivavano subito.



Riccardo Partinico e Suor Ernesta Calà



### Palestra dell'Istituto S.Vincenzo de' Paoli



Fabio Faldino e Antonio Caridi

**Anno 1986.** Fabio Faldino e Antonio Caridi, alunni dell'Istituto S.Vincenzo de' Paoli vincevano la Finale Regionale dei Giochi della Gioventù e partecipavano alla Finale Nazionale di Roma. Nello stesso anno, Giuseppe Puntillo, Maurizio Vitetta, Antonio Vadalà, Demetrio Libri, Giorgio Provenzano, Diego Provenzano, Angelo Nucera, componevano la Squadra che si classificava al 3° posto al Trofeo Internazionale Endas "Beniamino

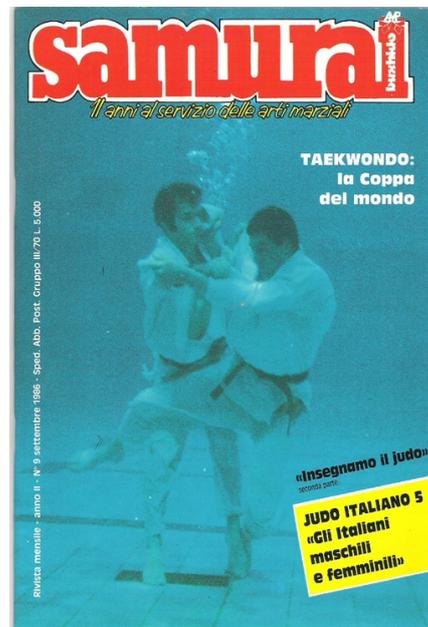


Maltese”; Maurizio Vitetta si classificava terzo nella gara Open individuale preceduto dai Campioni del Mondo in carica, gli olandesi Leewin e Reeberg. Dal **1986 all’anno 2000** molti Atleti del C.S.Mediterraneo ottenevano brillanti risultati ed acquisivano l’ambito grado di Cintura Nera 1° Dan.

**SAMURAI - 9 Settembre 1986 - Riceviamo e pubblichiamo**

*<<Egregio Maestro Henke, praticando il Karate per tanti anni e gareggiando a livelli Nazionali ed Internazionali con buoni risultati, mi è più volte capitato di sentire dire che esiste una “Via del Karate”. Nel contempo ho praticato altre discipline ed ho frequentato l’Istituto Superiore di Educazione Fisica. Leggendo testi di autori di chiarissima fama ed ascoltando lezioni di professori qualificati non ho mai sentito parlare di una “Via della Pallacanestro”, di una Via dell’Atletica o di una “Via del Nuoto”; soltanto di metodologia dell’allenamento, teoria delle attività motorie, psicomotricità ecc. Io credo che esiste, per noi che mangiamo spaghetti, uno sport denominato Karate praticato da studenti, impiegati, liberi professionisti che indossano un Gi o una divisa federale e si distinguono in: Dirigenti - coloro che organizzano e dirigono l’attività federale; Tecnici - coloro che studiano ed attuano la programmazione dell’allenamento in funzione del materiale umano, dei tempi, del momento; Atleti - coloro che seguono una programmazione con fasi diverse di di preparazione per giungere al massimo della forma ed acquisizione della personalità nelle sue aree: affettiva, cognitiva, motoria e sociale. Per quelli che invece mangiano riso, senz’altro esisterà una “Via” ma ci vuole molto tempo per trovarla ne è un esempio un certo Miyamoto Musashi che, come dice il signor Kenji Tokitsu nel numero 5 di Maggio ’86, all’età di trent’anni si smarrì e sino a quarantanove vagò. Mi pare che un altro signore, un pò più famoso si era smarrito, però in una <<selva oscura>>! Comunque speriamo che intraprendendo una “Via seria” si possa arrivare all’inserimento del Karate alle Olimpiadi dando a questo sport la giusta dimensione!>>*

*Riccardo Partinico*



Caro Partinico, pubblico il tuo scritto senza commenti. Vedrai che li farà, su uno dei prossimi numeri, qualcuno di quelli che “non hanno fretta”.

Carlo Henke

**1986.** Natale Cipro, Giovanni Beninato e Fortunato Marchiolo, superavano l'esame tecnico regionale e acquisivano il grado di Cintura Nera 1° Dan. **1987.** Gianluca Pizzonia conquistava il titolo di Vice Campione d'Italia Cadetti e Giuseppe Puntillo, Gaetano Megali, Gianluca Pizzonia e Maurizio Vitetta acquisivano il grado di Cintura Nera 1° Dan per meriti agonistici. **1988.** Piero Attisano, Ketty D'Atena, Dario Azzarà, Antonino Gagliano e Giuseppe Vercelli Cintura Nera per meriti agonistici. **1989.** Gianluca Pizzonia, classe 1972, confermava il suo valore tecnico vincendo la Medaglia di Bronzo al Campionato Italiano Speranze ed era, anche, convocato ai "collegiali" con la Nazionale Italiana; acquisivano il grado di Cintura Nera 1° Dan: Fabrizio Chilà e Diego Provenzano per meriti agonistici; Giuseppe Barbarello, Claudio Ferraro, Giuseppe La Fauci, Giuseppe Marino e Giorgio Provenzano per esame tecnico. Giuseppe Puntillo era promosso Cintura Nera 2° Dan. **1990.** La Palestra del C.S. MEDITERRANEO si trasferiva presso l'Impianto Sportivo VIP CLUB in Via Pentimele, 166 a Reggio Calabria. Giuseppe Puntillo collaborava con il Maestro Riccardo Partinico all'insegnamento del Karate ed i risultati continuavano a venire. Si laureavano Cintura Nera 1° Dan: Antonio Albanese, Ivan Ambrosiano, Nadia Grande e Cesare Tripepi. **1991.** Diventavano Cintura Nera 1° Dan: Francesco Labate, Domenico Bolano e Pasquale Libri. **1992.** Giampaolo Caruso e Giuseppe Iacopino, vincevano la Finale Regionale dei Giochi della Gioventù e partecipavano a Genova alle Colombiadi. Giampaolo Caruso otteneva il più alto punteggio d'Italia sia nel Kumite che nel Kata. Roberto Ciro e Antonio Misefari conquistavano al Campionato Regionale la Cintura Nera 1° Dan; Monica Ligato la Cintura Nera 1° Dan, Giorgio Provenzano e Fabrizio Chilà la Cintura Nera 2° Dan per esame tecnico. Davide Sablone, Cintura Nera 3° Dan era tesserato con il C.S. Mediterraneo.



Gianluca Pizzonia



Antonino Polimeni, Giuseppe Iacopino, Pietro Pavia, Vincenzo Pugliese, Giampaolo Caruso, Roberto Ciro, Francesco Tarantino e Antonio Ciro



1994 - Gli allievi del Centro Sportivo Mediterraneo - Palestra Colibrì sul Corso Garibaldi di Reggio Calabria

**1993.** Conquistavano la Cintura Nera 1° Dan Giampaolo Caruso, Giuseppe Iacopino e Sergio Giangreco. **1994.** La Palestra del C.S. MEDITERRANEO si trasferiva sul Corso Garibaldi di Reggio Calabria. Iniziavano a praticare Karate un numero consistente di ragazze e con l'aiuto tecnico, nel settore femminile, della Cintura Nera 2° Dan, Monica Ligato, le Atlete: Annalaura Ascioti, Alessandra Chilà, Barbara Chilà e Sara Scarpelli vincevano i Campionati Regionali e la Cintura Nera 1° Dan. Nel settore maschile, Pietro Pavia vinceva la Cintura Nera 1° Dan, Davide Sablone conseguiva la Cintura Nera 4° Dan. **1995.** Zaira Arena e Antonio Giunta vincevano il Campionato regionale e conseguivano la Cintura Nera 1° Dan. **1996.** Francesco Tarantino, Antonio Ciro, Paolo Malara, Anteo Ambrosiano, Raffaele Giunta acquisivano il grado di Cintura Nera 1° Dan; Giuseppe Iacopino e Giampaolo Caruso il 2° Dan ed, infine, Fabrizio Chilà il 3° Dan. **1997.** Filippo Scopelliti, Alberto Cafari, Gaetano Partinico, Antonino Polimeni e Piefrancesco Serranò conseguivano la Cintura Nera 1° Dan; Roberto Ciro il 2° Dan. **1998.** Antonino Fedele vinceva la "Cintura Nera 1° Dan". Fino all'anno 2000, il Centro Sportivo Mediterraneo continuava la sua attività sportiva ed agonistica con gli atleti: Benedetto Alessandra, Caruso Giampaolo, Ciro Antonio, Ciro Roberto, Curciarello Filippo, Fedele Antonino, Fedele Francesca, Genovese Giovanni, Giunta Raffaele, Malara Paolo, Polimeni Antonino, Polimeni Michele, Romeo Simone, Scopelliti Filippo, Serranò Pierfrancesco, Ambrosiano Anteo, Bonetti Italo, Bonetti Davide, Geria Domenico, Lombardi Pierpaolo, Nucera Giuseppe, Paviglianiti Pietro, Rahiminia Dariush, Sergi Raffaele, Serranò Davide.

**Anno 2000**

**1 Settembre 2000.** Il Presidente della Società Sportiva **S.G.S. Fortitudo 1903**, Prof. Giuseppe Pellicone, proponeva al Maestro Riccardo Partinico, l'insegnamento del Karate nella gloriosa Società reggina, insignita dal 1970 della Medaglia d'Oro C.O.N.I. al Merito Sportivo e fucina di numerosi campioni nazionali nei Settori Lotta, Judo e Pesistica.

Riccardo Partinico accettava subito la proposta ed assumeva la direzione tecnica del Settore Karate della S.G.S. Fortitudo 1903, presso il Palazzetto dello Sport di Pentimele nella Palestra del Comitato Regionale **FIJKAM**.



**Da sinistra:** Antonio Ciro, Pietro Cutri, Simone Romeo, Anteo Ambrosiano, il dr. Antonio Laganà, il maestro Riccardo Partinico, il prof. Giuseppe Pellicone, Alessandra Benedetto, Angela Calarco, Carmen Marra e, accosciati, Marco Polimeni e Arianna Laganà

**2001.** Alessandra Benedetto e Simone Romeo vincevano il Campionato Regionale Cadetti e conquistavano la Cintura Nera 1° Dan. **Gennaio 2002. Veniva inaugurato il “Parco Caserta”** ed il Maestro Riccardo Partinico era incaricato di occuparsi del settore Arti Marziali. Gli Atleti della **S.G.S. FORTITUDO 1903**, lasciavano il Palazzetto di Pentimele e si allenavano nel nuovo ed attrezzato Centro Sportivo. Giampaolo Caruso conquistava a Catania la Medaglia di Bronzo al Trofeo Internazionale “Coppa Shotokan” e Simone Romeo la Medaglia di Bronzo nella stessa gara riservata agli Under 18. Carmen Marra e Angela Calarco erano promosse Cintura Nera 1° Dan. **2003.** Simone Romeo vinceva a Loano (SV) il Campionato d’Italia Juniores, nella categoria 55 kg. e conseguiva la Cintura Nera 3° Dan; Angela Calarco si aggiudicava al Palasport di Ostia Lido la Medaglia di Bronzo ai Campionati Italiani per Rappresentative Regionali. **2004.** Alessandra Benedetto, vinceva al Palasport FIJLKAM di Ostia Lido la Medaglia di Bronzo ai Campionati d’Italia Cadetti. A maggio, Riccardo Partinico partecipava al concorso per inventori indetto dall’Accademia del Tempo Libero, patrocinato dal Comune di Reggio Calabria, valutato dalla Commissione dell’Università Mediterranea e vinceva il 3° premio per aver ideato un attrezzo ginnico per svolgere ginnastica e giochi per l’infanzia denominato: **“Il Tappeto a Scacchi”**. A Settembre del 2004, Riccardo Partinico pubblicava il manuale tecnico-pratico per gli Alunni e gli Insegnanti delle Scuole dell’Obbligo **“Il Progetto Leonardo”**. **2005.** Alessandra Benedetto vinceva al Palasport di Ostia Lido, la Medaglia di Bronzo al Campionato Italiano Juniores ed era convocata agli allenamenti collegiali con la Nazionale Italiana. Il 16 novembre 2005, il Presidente della FIJLKAM, dott. Matteo Pellicone, per la ultradecennale opera in favore del Karate italiano, conferiva a Riccardo Partinico, *“motu proprio”*, il grado di Cintura Nera 6° Dan. **2006.** Ancora, Alessandra Benedetto otteneva brillanti risultati agonistici. L’Atleta, tesserata con la S.G.S. Fortitudo 1903, vinceva a Torino la Medaglia di Bronzo ai Campionati Italiani Assoluti, la Medaglia di Bronzo ai Campionati Nazionali Universitari di Isole con il CUS Messina ed era convocata agli allenamenti collegiali con la Nazionale Italiana. Giampaolo Caruso vinceva la Medaglia d’Argento ai Campionati Nazionali Universitari con CUS Roma e la Medaglia di Bronzo agli Open Internazionali di Grado. Anche Giampaolo Caruso era convocato assieme a Simone Romeo agli allenamenti collegiali con la Nazionale Italiana. **2007.** Il 29 Gennaio, Alessandra Benedetto conquistava al Palasport di Ostia Lido la sua prima Medaglia d’Oro partecipando al Campionato Italiano per Rappresentative e consentiva alla Calabria, per la prima volta nella storia del karate calabrese, di prendere parte ai Campionati Europei per Rappresentative Regionali a Novi Sad (Serbia). Il 3 aprile Simone Romeo, Giampaolo Caruso ed Alessandra Benedetto, con l’Insegnante Tecnico, Riccardo Partinico, raggiungevano Las Vegas per partecipare agli Open d’America (categoria advanced). Alessandra Benedetto sfiorava l’impresa. L’atleta reggina, nel combattimento di semifinale, non controllava un calcio indirizzato sul volto dell’avversaria e perdeva la possibilità di disputare la finale. Al Parco Caserta nuovi talenti si avvicinavano al Karate: Antonella Vadalà, Francesco Scimone, Bruno Simone, Ludovica Tripodi, Marco Polimeni, Davide Bonetti ed Antonino Moschella.

## Anno 2008

Alessandra Benedetto conquista, il **30 Marzo**, a Lanciano la Medaglia di Bronzo al Campionato d'Italia Assoluto e il **25 Maggio**, a Pisa, la Medaglia d'Oro al Campionato Nazionale Universitario. Antonino Moschella e Marco Polimeni vincono a S. Marco Argentano (CS) la Medaglia d'Oro ai Campionati Regionali Studenteschi, mentre Ludovica Tripodi si classifica al secondo posto. Il 19 Maggio ed il 1° Giugno, in occasione del saggio di fine anno al Parco Caserta e della Festa Nazionale dello Sport sul lungomare di Reggio Calabria, l'insegnante Tecnico della Società Sportiva presenta **FORMULA 3**, un torneo di Karate nel quale si disputano tre giochi sportivi: **Terzo tempo, Karate Game e Combat Game**. Partecipano alle manifestazioni, nella categoria **Bambini**: Bruno Minniti, Salvatore Pani, Antonio Rinaldo, Francesco Giannicola e Diego Delfino; nella categoria **Fanciulli**: Daniele Pitale, Roberto Macrì, Domenico Cartisano, Francesco Pitale, Riccardo Rocchi e Federico Barilla; nella categoria **Ragazzi**: Pietro Macrì, Francesco Scimone, Bruno Simone, Marco Ambrogio e Davide Costantino. **Collaborano all'organizzazione**: Ludovica Tripodi, Marco Polimeni, Antonino Moschella, Giancarlo Milasi, Francesco Ramirez e Rosario Giordano.

**28 Settembre.** Dopo un periodo intenso di allenamento estivo, Alessandra Benedetto partecipa agli Open di Germania. Alla gara sono presenti atleti di altissimo livello tecnico che utilizzano questa competizione come "ultimo test" in vista dei Campionati del Mondo in programma dal 13 al 16 novembre a Tokyo (Giappone). L'atleta della Fortitudo ottiene dalla sua prestazione un'altra ottima esperienza.

**26 Ottobre.** La Rappresentativa Calabrese di kumite femminile, composta da Fortunata Benigno e Viola Zangara (Karate Villa S.Giovanni), Chiara Di Chiera (S. Marco Argentano) e Alessandra Benedetto (Fortitudo 1903) conquista la Medaglia di Bronzo al Campionato Italiano Assoluto a Squadre. E' un risultato storico per la Calabria.

**30 novembre.** A S. Marco Argentano (CS), Antonella Vadalà, Bruno Simone, Francesco Scimone, Marco Ambrogio, Francesco Ramirez e Pietro Macrì partecipano alla Finale Regionale del Gran Premio Giovanissimi. Si qualificano per la Finale Nazionale di Pesaro, Antonella Vadalà (1<sup>a</sup> nella categoria 40 kg); Francesco Scimone (2° nella categoria 45 kg) e Bruno Simone (2° nella categoria 60 kg).

**14 Dicembre.** A Lamezia si svolgono i Campionati Regionali Assoluti. Partecipano Davide Bonetti, Marco Polimeni e Vassili Arturi, i tre atleti dimostrano una buona capacità tecnica.

**15 Dicembre.** Il Comitato Olimpico Nazionale Italiano conferisce al maestro Riccardo Partinico un prestigioso riconoscimento "**La Palma di Bronzo al Merito Tecnico**".

Scriva il Presidente Nazionale del CONI, dr. Giovanni Petrucci:

***Sono lieto di comunicarLe che il CONI le ha conferito la Palma di Bronzo al Merito Tecnico in riconoscimento dei risultati ottenuti in qualità di tecnico sportivo.***

***Con questa onoreficenza l'organizzazione sportiva nazionale, oltre che attestare le Sue capacità e i risultati conseguiti in tale attività, desidera anche esprimerLe profonda riconoscenza per l'impegno dedicato allo sport in tanti anni***".

**17 Dicembre.** A Roma, la S.G.S. Fortitudo 1903 del prof. Giuseppe Pellicone, riceve il più alto riconoscimento sportivo italiano "**Il Collare d'Oro al Merito Sportivo**".

Oltre alla S.G.S. Fortitudo 1903 ricevono il prestigioso riconoscimento anche le squadre di Calcio Inter, Milan e gli Atleti che hanno vinto la Medaglia d'Oro al Campionato del Mondo e alle Olimpiadi. Il **22 Dicembre** si svolge presso l'impianto sportivo "**Parco Caserta**" la cerimonia degli "esami di graduazione", partecipano: Francesco Martuscelli, Alessandra Rinaldo, Alessandro Scibilia, Domenico Romeo, Francesco Giannicola, Bruno Minniti, Antonio Rinaldo, Salvatore Pani, Daniele Pitale, Francesco Pitale, Luigi Lepore, Federico Barilla, Roberto Macrì, Riccardo Rocchi, Riccardo Macrì, Andrea Branca, Claudia Postorino, Bruno Simone, Francesco Ramirez, Antonino Moschella, Claudia Pontoriero, Roberta Romanazzi, Alessia Minniti, Wanda Minniti, Vassili, Arturi, Francesco Scimone, Pietro Macrì, Miriam Aricò, Alessandro Aricò, Giovanni Aricò, Marco Ambrogio, Federico Candela, Giancarlo Melasi, Davide Bonetti, Ludovica Tripodi, Antonella Vadalà, Marco Polimeni, Alessandra Benedetto.

# Cinture Nere e Marroni dal 1985 al 2008

**Sablone Davide** (Cintura Nera 4° Dan), **Caruso Giovanni Paolo** (Cintura Nera 4° Dan), **Chilà Fabrizio** (Cintura Nera 3° Dan), **Romeo Simone** (Cintura Nera 3° Dan), **Benedetto Alessandra** (Cintura Nera 3° Dan), **Chinè Maria Diana** (Cintura Nera 2° Dan), **Puntillo Giuseppe** (Cintura Nera 2° Dan), **Ciro Roberto** (Cintura Nera 2° Dan), **Ligato Monica** (Cintura Nera 2° Dan), **Iacopino Giuseppe** (Cintura Nera 2° Dan), **Calarco Angela** (Cintura Nera 2° Dan).

**Cinture Nere 1° Dan e Cinture Marroni:** Vitetta Maurizio, Provenzano Giorgio, Provenzano Francesco, Vadalà Antonio, Pizzonia Gianluca, La Fauci Giuseppe, Barbarello Giuseppe, Marino Giuseppe, Camera Rocco, Camera Carmelo, Santisi Antonino, Santisi Aurelio, Marrapodi Guido, Catalano Maurizio, Provenzano Diego, Musolino Basilio, Bova Raffaele, Cipro Natale, Libri Demetrio, Palumbo Giovanni, Scutellà Sergio, Puntillo Paolo, Marchiolo Fortunato, Beninato Giovanni, Cogliandro Ernesto, Rosaci Elisabetta, Fazino Fabio, Furci Michele, Gagliano Antonino, Attisano Pietro, Caridi Antonio, Faldino Fabio, Ierace Michelangelo, Romeo Giovanni, Pulitanò Salvatore, Borrello Francesco, Ferraro Claudio, Modafferi Carmine, Nucera Angelo, Pizzonia Antonio, D'Atena Ketty, Catalfamo Gesuele, Rumì Massimo, Altomonte Domenico, Vercelli Giuseppe, Caccamo Giuseppe, Cama Rocco, Caridi Luciano, Cuzzupoli Francesca, Cristarella Rocco, Longo Alfonso, Megali Gaetano, Fiorentino Ferdinando, Barilaro Aldo, Serranò Giuseppe, Azzarà Dario, Albanese Antonio, Mazza Giuseppe, Marrapodi Ivan, Vigilante Pasquale, Nasso Ivano, Torino Fulvio, Galimi Teresa, Federico Loredana, Crocè Giovanni, Siciliano Guglielmo, Barillà Antonio, Bruzi Antonello, Careri Francesco, Ambrosiano Anteo, Ambrosiano Ivan, Bertullo Giovanni, De Santis Sergio, Genoese Alessandro, Stilo Domenico, Valenti Carmelo, Cannizzaro Andrea, Crocè Fabrizio, Evoli Massimo, Gullì Giuseppe, Labate Francesco, Misefari Antonio, Misefari Ottavio, Nucera Giuseppe, Trimarchi Marco, Tripodi Antonio, Sanperi Patrizia, Lucente Gabriele, Viola Angelo, Grande Nadia, Morabito Massimiliano, Libri Pasquale, Tripepi Cesare, L'Afflitto Marco, D'Agostino Marcello, Labate Andrea, La Rosa Giuseppe, Mastruzzo Michele, Pavia Pietro, Bolano Domenico, Chiofalo Cristiano, Labate Aldo, Morabito Alessandro, Raffa Domenico, Scopelliti Gaetano, Falcone Giacomo, Iero Francesco, Foti Ilir, Romeo Paolo, Giangreco Sergio, Ciro Antonio, Cardia Antonino, Foti Ardian, Casano Angelo, Gallucci Michele, Morabito Giuseppe, Ascioti Annalaura, Chilà alessandra, Chilà Barbara, Gulli Emanuela, Vinci Tiziana, Saladino Eleonora, Surace Simona, Scarpelli Sara, Carbone Marco, Galvan Joseh, Giunta Antonio, Giunta Raffaele, Ligato Luis, Malara Paolo, Partinico Gaetano, Saraceno Salvatore, Arena Zaira, Battaglia Mirko, Curciarello Filippo, Di Giuseppe Alfredo, Familiari Luigi, Logoteta Santo, Malaspina Enrico, Polimeni Antonino, Pugliese Vincenzo, Priolo Antonio, Tripepi Domenico, Tripepi Patrizia, Tarantino Francesco, Fedele Antonino, Gullì Andrea, Piazza Cosimo, Polimeni Michele, Scopelliti Filippo, Cafari Alberto, Franchina Maria Angela, De Leonardis Musicò Mirto, Fedele Francesca, Mazzacuva Luigi, Romeo Pierfrancesco, Santoro Dario, Tripodi Antonino, Zoccali Andrea, Crisafulli Lorenzo, Barbera Luigi, De Gori Carmelo, Morabito Caterina, Scortecci Alfonso, Berti Domenico, Lombardi Pierpaolo, Bonetti Italo, Geria Domenico, Genovese Giovanni, Gangemi Francesco, Nucera Giuseppe, Paviglianiti Pietro, Serranò Davide, Catanoso Matteo, Sergi Raffaele, Serranò Pierfrancesco, Colomba Silvia, Rahiminia Dariush, Carlo Francesco, Cammera Paolo, Careri Emanuele, Febert Laura, Febert Giulia, Postorino Carla, Giunta Francesco, Morabito Sonny, Adornato Umberto, Guarna Tancredi, Condipodero Claudia, Arturi Vassili, Barcellona Michele, Ventura Marika, Arciello Corrado, Arciello Alberto, Giordano Rosario, Alestra Benedetta, Covani Marco, Costantino Davide, Battista Valeria, Emilio Pieroreste, Ferraro Marco, Bonetti Davide, Moschella Antonino, Polimeni Marco, Tripodi Ludovica, Vadalà Antonella, Ramirez Francesco, Simone Bruno, Scimone Francesco, Ambrogio Marco, Macrì Pietro, Lepore Luigi, Pitale Francesco, Pitale Daniele.

Ho scritto "Trent'anni da Samurai" perchè, avendo superato da poco i cinquant'anni, ho ritenuto giusto voltarmi "indietro". E' tanta la strada che ho percorso sino a questo momento. In questi cinque decenni, ho avuto soddisfazioni, delusioni e, molte volte, l'ho pensata diversamente da altre persone. Qualche volta ero nel giusto, qualche volta ho sbagliato. La maturità, adesso, mi ha portato a riflettere di più prima di esprimere un giudizio e a parlare soltanto quando devo dire qualcosa di concreto. Quando avevo 15 anni sognavo di essere, adesso sono e, quindi, riparto con più forza ed entusiasmo di prima per superare altri traguardi.

# Gli Allievi



1985 - Gli alunni della Scuola Elementare dell'Istituto San Vincenzo de Paoli che praticavano Karate



Palermo, Dicembre 1986, Squadra 3<sup>a</sup> classificata Torneo Internazionale Endas "Beniamino Maltese"  
Antonio Vadalà, Maurizio Vitetta, Giorgio Provenzano, Giuseppe Puntillo, Diego Provenzano, Angelo Nucera, Demetrio Libri



**Reggio Calabria - Impianto Sportivo "Botteghele" - ottobre 1986**

In piedi da sinistra: Giovanni Beninato, Riccardo Partinico, Giuseppe Bova, Basilio Musolino,  
accosciati da sinistra: Giuseppe Puntillo, Ernesto Cogliandro, Carmine Modafferi, Antonio Vadalà



Reggio Calabria - 29 Maggio 1988 - Impianto Sportivo "Botteghele"



Palestra "Mediterraneo" Via Villini Svizzeri, dir. Gulli, Reggio Calabria



Palestra "VIP CLUB", Via Nazionale Pentimele, Reggio Calabria



Palestra "Colibrì" Corso Garibaldi, Reggio Calabria





Parco Caserta - Maggio 2003



Parco Caserta - Maggio 2003 - Corrado e Alberto Arciello con "Godan"



Gran Prix "Scacco al Grillo" - 8 Dicembre 2003 - Michele Barcellona e Marica Ventura nel gioco "Bandierina"



Giornata Nazionale dello Sport, Lungomare di Reggio Calabria, 6 Giugno 2004 Guido Cardone e Antonella Vadalà



Parco Caserta - Maggio 2004 - Simone Romeo, Alessandra Benedetto, Angela Calarco, Giampaolo Caruso



2006 Corrado Arciello, Diego Delfino, Alessandro Labate, Federica Pironti

**Simone Romeo, nato a Reggio Calabria il 30 Aprile 1986, Cintura Nera 3° Dan**



**3° Class. Coppa Shotokan 2002 "Under 18";  
3° Class. Coppa Internazionale Shotokan 2003 "Over 18";  
1° Class. Campionato Italiano Juniores 2003;  
1° Class. Trofeo del Mediterraneo 2005**



**Loano (Savona) - 15 Novembre 2003  
Campionato Italiano Juniores  
Simone Romeo 1° Class.**



**1994 - Palestra "Colibrì"  
Allenamento con i palloncini gonfiabili**



**Coppa Internazionale Shotokan 2003 - Catania  
1° Camacho Luque (Spagna) Campione del Mondo,  
2° Francesco Ortu (Italia) Campione d'Europa;  
3° Simone Romeo (Italia) Campione d'Italia**

**Giampaolo Caruso, nato a S.Stefano d'Aspromonte (RC) il 26 agosto 1978, Cintura Nera 4° Dan**



**Migliore punteggio d'Italia nel Kata e nel Kumite ai Giochi della Gioventù 1992 - COLOMBIADI; 3° Class. Campionati Italiani Speranze 1996; 3° Class. Coppa Internazionale Shotokan 2002; 2° Class. Campionati Nazionali Universitari 2006; 3° Class. Open Internazionali di Grado 2006; Cintura Nera 4° Dan nel 2007.**



**Angela Calarco, nata a Reggio Calabria il 24.12.84, Cintura Nera 2° Dan, 3^ class. Campionato Italiano per Rappresentative Regionali 2003**



**Giampaolo Caruso, in gara, porta a segno uno spettacolare Ushiro-Mawashigeri**

# OPEN D'AMERICA - Aprile 2007 Las Vegas (Stati Uniti d'America)



M° Riccardo Partinico, prof. Giuseppe Pellicone, Alessandra Benedetto





**Giornata Nazionale dello Sport 2007**  
Lungomare di Reggio Calabria



**Giornata Nazionale dello Sport - Giugno 2007**  
Lungomare di Reggio Calabria - Diego Delfino



La soubrette Adriana Volpe visita lo stand di Karate alla Fiera del Fitness 19.08.2007



**Campionati Europei per Rappresentative Regionali  
Novi Sad (Serbia) - 9 Giugno 2007 - Alessandra Benedetto**



Rappresentativa Calabria - Atlete titolari: Jessica Ammendola, Alessandra Benedetto, Chiara Di Chiera



**Priolo (Siracusa) - Novembre 2007 - Trofeo del Mediterraneo**  
Marco Polimeni - 1° Classificato categoria "Giovani" (15- 16 anni)



**Priolo (Siracusa) - Novembre 2007 - Trofeo del Mediterraneo**  
Ludovica Tripodi - 3<sup>^</sup> Classificata categoria "Giovani" (15- 16 anni)



Campionato d'Italia per Rappresentative 2007



Campionato d'Italia Assoluto 2008



Campionato Nazionale Universitario 2008



# Alessandra Benedetto

nata a Reggio Calabria il 21.04.1987

**KARATE** - specialità: Combattimenti

Società: S.G.S. FORTITUDO 1903

Allenatore: Riccardo Partinico

29 Febbraio 2004 - Ostia Lido

**Medaglia di Bronzo**

Campionati Italiani Cadetti

16 Ottobre 2005 - Ostia Lido

**Medaglia di Bronzo**

Campionati Italiani Juniores

5 Marzo 2006 - Ostia Lido

**Medaglia di Bronzo**

Campionati Italiani Rappresentative

2 Aprile 2006 - Torino

**Medaglia di Bronzo**

Campionati Italiani Assoluti

2 Maggio 2006 - Brescia

**Medaglia di Bronzo**

Campionati Nazionali Universitari

28 Gennaio 2007 - Ostia Lido

**Medaglia d'Oro**

Campionati Italiani Rappresentative

8 Aprile 2007 - Las Vegas

**5<sup>a</sup> Classificata (Cat. Advanced)**

Open d'America

9 Giugno 2007 - Novi Sad (Serbia)

**Campionati Europei Rappresentative**

30 Marzo 2008 - Lanciano (Chieti)

**Medaglia di Bronzo**

Campionati Italiani Assoluti

25 Maggio 2008 - Pisa

**Medaglia d'Oro**

Campionati Nazionali Universitari

26 Ottobre 2008 - Ostia Lido (Roma)

**Medaglia di Bronzo**

Campionati Assoluti a Squadre

Alessandra Benedetto è studentessa presso la Facoltà di Scienze Motorie e Sportive dell'Università di Messina e si allena al "Villaggio dello Sport" di Parco Caserta a Reggio Calabria

Alessandra Benedetto, Cintura Nera 3° Dan, 9 Medaglie vinte ai Campionati d'Italia



Antonio, Salvatore, Bruno, Francesco, Federico, Diego



Corrado, Davide, Pieroreste, Pietro, Marco, Benedetta, Federica, Alberto, Francesco, Domenico, Daniele, Roberto, Riccardo



Davide, Pietro, Riccardo, Roberto



**1° Giugno 2008 - Lungomare di Reggio Calabria**  
Festa Nazionale dello Sport - Torneo di Karate: FORMULA 3



Francesco Pitale e Roberto Macri nel gioco "Terzo Tempo"



Francesco Pitale e Roberto Macrì nei giochi “Karate Game” e “Combat Game”





Cosenza 14 Settembre 2008 - Riccardo Partinico e Pieluigi Aschieri



Amburgo - 28 Settembre 2008 - Il prof. Giuseppe Pellicone tra Alessandra Benedetto e Riccardo Partinico



**Amburgo - 28 Settembre 2008 - Open di Germania**

Benedetto, Cardin, Pasqua, Cappelli, Sarappa, Simmi, Zaccaro, Guazzaroni, Maestri, Serino, Busà



**Ostia Lido (Roma) - Palasport FIJKAM - 26 Ottobre 2008**

Campionato Italiano Assoluto a Squadre: Rappresentativa 3<sup>a</sup> Classificata  
Chiara di Chiera, Fortunata Benigno, Viola Zangara, Alessandra Benedetto



Pietro Macrì, Francesco Scimone, Bruno Simone, Antonella Vadalà, Francesco Ramirez, Marco Ambrogio



S.Marco Argentano (CS)- 30 Novembre 2008 - Antonella Vadalà - 1<sup>a</sup> classificata Gran Premio Giovanissimi



S.Marco Argentano (CS) 30 Novembre 2008 - Bruno Simone - 2° classificato Gran Premio Giovanissimi



S.Marco Argentano (CS) 30 Novembre 2008 - Francesco Scimone - 2° classificato Gran Premio Giovanissimi



Salvatore Pani, Antonio Rinaldo, Bruno Minniti, Francesco Giannicola, Alessandro Scibilia, Domenico Romeo, Francesco Martuscelli, Alessandra Rinaldo



Francesco Pitale, Daniele Pitale, Luigi Lepore, Roberto Macrì, Federico Barilla, Riccardo Rocchi, Claudia Postorino, Riccardo Macrì, Andrea Branca



Giancarlo Melasi, Giovanni Aricò, Alessandro Aricò, Claudia Pontoriero, Miriam Aricò, Wanda Minniti, Alessia Minniti



Francesco Ramirez, Bruno Simone, Francesco Scimone, Antonella Vadalà, Pietro Macrì, Marco Ambrogio



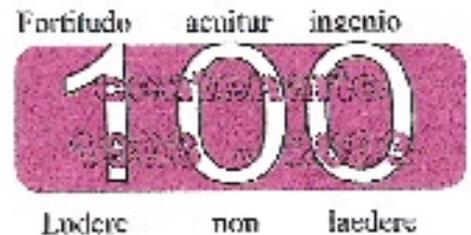
Alessandra Benedetto, Davide Bonetti, Marco Polimeni, Antonino Moschella, Ludovica Tripodi, Vassili Arturi

C.O.N.I.

Associazione Sportiva Dilettantistica  
Società Ginnica Sportiva  
"Fortitudo 1903"  
Fondata il 6 gennaio 1903  
Stella d'Oro C.O.N.I. al Merito Sportivo  
Medaglia d'Onore FILKAM e FIPCF al Merito Sportivo  
Codice Sportivo J L K P 1804001



F.I.J.I.K.A.M. F.I.P.C.F.



Il Presidente

Reggio Calabria 18/11/2003  
Preg.mo Prof.  
Riccardo Partinico  
Reggio Calabria

*Carissimo Riccardo,*

Il brillante successo di Simone Romeo ai recenti Campionati Italiani di Kumite di Loano (SV) premia giustamente il notevole lavoro tecnico da Te svolto con disinteresse nella nostra centenaria Organizzazione.

Questo Titolo Tricolore è tra le più belle realizzazioni del Karate Amaranto.

Grazie a nome di tutti.

Ti abbraccio.

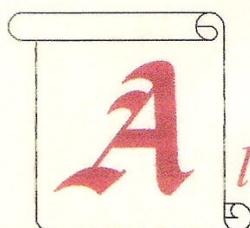
Giuseppe Pellicone



**Concorso per Inventori  
"Città di Reggio Calabria"  
prima edizione**

---

**3° Premio ex aequo - Fascia Adulti**



*ll'Inventore*

**Riccardo Martinico**

*per l'invenzione*

**"Al centro del quadrato"**

Reggio Calabria, 31 Maggio 2004  
Palazzo S.Giorgio – Salone dei lampadari

---

Accademia del Tempo libero  
IL PRESIDENTE  
(Silvana Velonà)

**Progetto di Sistema modulare per giochi ginnici al chiuso e all'aperto**  
"Per la modularità della soluzione che ottimizza gli sforzi operativi fornendo uno strumento utile, al tempo stesso standardizzato e originale, in grado di consentire applicazioni e risultati illimitati sempre nuovi e diversi"

**RICCARDO PARTINICO**

# Progetto Leonardo

**KARATE A SCUOLA**



**Manuale tecnico-pratico per Insegnanti  
ed Alunni della Scuola dell'Obbligo**



**EDIZIONI ACISOS**

Riccardo Partinico

# Lettura anatomica dei Bronzi di Riace

*Chi siano stati e da dove siano venuti non lo sapremo mai, ma è certo che i loro corpi sono stati forgiati con l'Arte della guerra. La forza fisica è raffigurata nella definizione dei loro muscoli e la postura simboleggia gloria e invincibilità. Lo sguardo è magnetico ed enigmatico...*

Reggio Calabria - Museo Nazionale della Magna Grecia





# FIJLKAM



FEDERAZIONE ITALIANA JUDO LOTTA KARATE ARTI MARZIALI

IL PRESIDENTE

Roma, 16 novembre 2005

*Sono particolarmente lieto di comunicarLe che ho conferito alla Sua Persona, con decisione "Motu Proprio", il grado di CINTURA NERA 6° DAN quale riconoscimento della pluridecennale e meritoria opera da Lei svolta in favore del Karate italiano e in considerazione delle tante e particolari benemerienze acquisite attraverso il sempre costante impegno dimostrato per lo sviluppo tecnico e la diffusione della nostra disciplina.*

*Il conferimento attribuitoLe rappresenta il più alto e prestigioso riconoscimento sportivo e corona, nella maniera più degna, la Sua lunga militanza sportiva e la Sua dedizione verso il Karate italiano.*

*Nel congratularmi nuovamente con Lei, mi è gradita l'occasione per farLe giungere i miei più cordiali saluti.*

Matteo Pellicone

-----  
Preg.mo Sig.

Riccardo PARTINICO

Via Villini Svizzeri 13/E

89127 Reggio Calabria

# KARATE GAMES

Giochi di Karate con palloncini gonfiabili colorati



Riccardo Partinico

# ATLJK

## Sistema Scientifico di Autodifesa

**ATLJK** utilizza i principi e le tecniche basilari di alcune Arti Marziali: **A**ikido, **T**hai boxe, **L**otta, **J**udo e **K**arate

*Il Sistema Scientifico di Autodifesa ATLJK ha lo scopo di preparare uomini, donne e operatori della sicurezza a difendere, in caso di aggressione, la propria o l'altrui incolumità utilizzando le tecniche di alcune tra le più conosciute Arti Marziali.*

*L'art. 52 del C.P. specifica che la legittima difesa è rispettata quando la difesa è proporzionata all'offesa; per questo motivo, ATLJK, prevede azioni tecniche di anticipazione o reazione, finalizzate allo sbilanciamento o all'immobilizzazione dell'aggressore.*

*Solo nei casi estremi, quando l'aggressore è ostinato, armato o quando si è in presenza di più aggressori, è prevista la "neutralizzazione".*

*L'elegante posizione di guardia dell'Aikido e le sue tecniche di torsione si coniugano con le tecniche di sbilanciamento e immobilizzazione della Lotta e del Judo e con i colpi devastanti della Thai boxe e del Karate.*

*Il Sistema Scientifico di Autodifesa ATLJK, consente a chi lo pratica di raggiungere il benessere psico-fisico e di acquisire alcuni gesti tecnici determinanti per non riportare traumi e reagire con efficacia ad un'aggressione.*

## Lezione Base

La Lezione "base" di **ATLJK** dura un'ora ed è suddivisa in tre periodi di 20 minuti ciascuno. Il primo periodo, è destinato all'acquisizione di posture ed al miglioramento delle condizioni atletiche; il secondo periodo prevede l'allenamento delle tecniche di **ATLJK**; il terzo periodo consiste nella simulazione ed esercitazione di azioni di autodifesa.

### PROGRAMMA DI FORMAZIONE PSICO-FISICA

Miglioramento delle capacità coordinative; sviluppo della forza; sviluppo della resistenza aerobica-anaerobica alternata.

### CONTENUTI

Esercizi preatletici; preacrobatica; percorsi e circuiti.

### PROGRAMMA DI FORMAZIONE TECNICA

posture di guardia; tecniche di parata e schivata; tecniche di svincolamento; tecniche di sbilanciamento; tecniche di immobilizzazione; tecniche di neutralizzazione; schemi motori di combattimento.

### CONTENUTI

Posizioni di difesa; protezione del capo; protezione del tronco; protezione degli arti inferiori; prese con arti superiori; leve articolari; gomitate; tibiate; calci; pugni; combinazioni tecniche.

Il Corso di Autodifesa ATLJK si svolge in 16 lezioni (2 la settimana). Acquisito il metodo, il praticante si deve esercitare autonomamente per mantenere la condizione atletica e la "mentalità" pronta all'autodifesa. Gli esercizi e le tecniche di ATLJK si svolgono in 20 minuti di allenamento che si può eseguire in qualsiasi momento della giornata. Periodicamente, il praticante può esercitarsi con un partner per verificare la propria preparazione.

# BUSHIDO KARATE REGGIO CALABRIA

del Maestro Bruno Nucera

## *Albo d'Oro*



Riccardo Partinico racconta

*“30 anni prima e 30 anni dopo”*

3 Novembre 1978 - 3 Novembre 2008



**Coni**

Il Presidente

Roma, 21 Maggio 2008

*Sono lieto di comunicarle che il CONI Le ha conferito la Palma di Bronzo al Merito Tecnico per l'anno 2006 in riconoscimento dei risultati ottenuti in qualità di tecnico sportivo.*

*Con questa onorificenza l'organizzazione sportiva nazionale, oltre che attestare le Sue capacità e i risultati conseguiti in tale attività, desidera anche esprimerLe profonda riconoscenza per l'impegno dedicato allo sport in tanti anni.*

*Mi congratulo vivamente con Lei, augurando che nel proseguo possa conseguire ulteriori traguardi e soddisfazioni.*

*Nell'informarLa che l'onorificenza verrà consegnata nel corso di una cerimonia predisposta dal Comitato Provinciale del CONI, che avrà cura di comunicarLe, con nota a parte, la data ed il luogo dell'evento, rinnovo i miei complimenti e Le invio i più cordiali saluti.*



(Giovanni Petrucci)

Egregio Signore  
PARTINICO RICCARDO  
89126 - REGGIO CALABRIA (RC)



Reggio Calabria 15 Dicembre 2008 - Il prof. Giovanni Filocamo  
Consegna a Riccardo Partinico la Palma di Bronzo al Merito Tecnico



M° Gerardo Gemelli, prof. Giuseppe Pellicone, M° Riccardo Partinico, dott. Antonio Laganà



# PALMA DI BRONZO AL MERITO TECNICO

*Riccardo Partinico*

IL SEGRETARIO GENERALE

ROMA 6 maggio 2008

N 94

IL PRESIDENTE



Dirigenti del CONI provinciale di Reggio Calabria



Sala "Federica Monteleone" Palazzo del Consiglio Regionale della Calabria



Atleti della FIJLKAM "Settore Karate" premiati per aver ottenuto risultati nazionali nel 2008



Comitato Provinciale  
Reggio Calabria

# *Riccardo Partinico*

Palma di Bronzo

Una vita dedicata allo Sport !

Prima da Atleta conseguendo brillanti risultati nel  
Karate a livello nazionale.

Successivamente da tecnico di Karate , Maestro  
di Karate cintura Nera 6° Dan , riesce a conquistare con i  
suoi atleti diversi titoli nazionali dando un sostanziale  
contributo ai successi del Karate reggino e calabrese.



Il Presidente  
Prof. Giovanni Filocamo

A handwritten signature in blue ink, appearing to read "G. Filocamo".

Reggio Calabria 15 dicembre 2008