THE FIGHTER®

Kickboxing ★ Full Contact ★ Muay Thai ★ B.F. Savate ★ Boxe &... tanto altro!

ALESSIO FAIOLA
CAMPIONE ITALIANO WAKO PRO

SIMONE PROCACCINI
CAMPIONE MONDIALE WAKO PRO

(articolo a pag. 12)

KICK BOXING ROMA CLUB
Via Ugo Bassi, 44
(TRASTEVERE)
Tel. 06.5894800

SPHINX GYM
ROMA - ORTE - ANZIO
Via Ribotti, 6/A
Tel. 06.5515588
www.sphinxgym.com

OLIMPIC GYM 2000
Via Vivaro Romano, 11
(PRENESTINO)
Tel. 06.2185405

CAMPIONATI REGIONALI 3ª FASE: PONTINIA (LT)

DEL M° TIZIANO PUGLIESE

Il Maestro T. Pugliese

La ormai nota Full Kontact Latina del M° Tiziano Pugliese, sabato 8 aprile, ha dato vita, con l'aiuto dell'infaticabile assessore allo sport Giuseppe Silvio Belli e con il patrocinio della Provincia di Latina, alla terza fase dei campionati regionali di kickboxing nel nuovo palasport di Pontinia. Con grande soddisfazione, ma soprattutto con grande emozione, è scesa in campo per la prima volta e nel proprio comune, la squadra di kickboxing di Pontinia, capitanata dall'istruttore e campione Italiano Giorgio Gargiulo insieme all'allenatore Andrea Chianese. Il team composto da: Davide Gasparini, Emanuel Feudo, Tania Feudo, Giuliano Tiberi, Cristian Nardoni, Alessandro Canu, Marco Arpante, Azzurra Stirpe, Giannino Punzetti, Roberta Costanzo, Jonata Benvenuti, Francesco Nofi, Andrea Rizzi, Carlos Ramirez, Roberto Rossi, si è distinto sia per la compostezza, che per i risultati ottenuti. Da evidenziare infatti le prestazioni dei giovanissimi che hanno conquistato quasi tutti il podio, compreso lo straordinario oro di Davide Gasparini, che non solo ha vinto ben quattro incontri, ma nella finalissima ha battuto anche il vincitore della Coppa del Presidente, Luca Capone, della scuderia FKL di Latina. Presenti alla competizione anche gli atleti pontini dell'istruttore Calogero Di Pisa: Fiaschetti Andrea, Luciano Roberto e Di Nuzzo Carlo, che nonostante la loro seconda apparizione nel modo delle gare, già cominciano a conquistare il terzo posto del podio con avversari di tutto rispetto. Da segnalare un altro meritatissimo oro nella categoria dei + 69 kg cadetti, del giovane atleta di Latina, Daniele Ortolani, dell'istruttore Domenico Marotta della Pro Kick Campiglia Team di Torvajanica, che finalmente ha potuto esprimersi, come anche tanti altri giovanissimi, nel Light Contact Sperimentale, introdotto per la prima volta nelle competizioni dal M° Pugliese. Grande soddisfazione, infine per gli atleti della F.K.L. Pugliese Team, che specie nelle cinture nere, hanno dato dimostrazione di capacità e superiorità tecnica. Oro per Andrea Chianese, rientrato alla grande, dopo un grave infortunio subìto in occasione della semifinale dei Campionati Italiani dei 2005; Ci tiene il M° Pugliese, a segnalare la costanza e l'impegno incredibili di questo atleta, che, già Campione Italiano professionisti, continua a dare ai suoi compagni di squadra, lezioni da vero sportivo, mantenendo alta anche un'altra qualità, l'umiltà.

Oro, anche per Marco Munari nella finale contro Alessandro G. 84 kg cin. Nere.

Oro per Annalisa Lucidi cat. 65 kg nere.

Oro da sottolineare, per un altro atleta, Gianluca Parrocchia cat. 74 kg.

Oro, per la giovanissima Barbara Piro,cat. Cint nere 47 kg, che finalmente anche lei nel light sperimentale, ha potuto esprimersi al meglio delle sue possibilità.

Oro a tavolino,purtroppo, per ritiro dell'unico avversario e quindi senza combattimento, per Alessio Romani cat +94 Kg cint. Nere.

Un particolare ringraziamento, va alla Casa alloggio per anziani "Lucia"di Borgo piave, che sempre, in occasione di gare da me organizzate, contribuisce con materiale da destinare all'attività motoria per ragazzi disabili. Quest'anno, quindi, con i proventi della gara, sarà possibile acquistare un macchinario per gli spostamenti, all'interno della scuola, di un bambino affetto da tetraplegia spastica. Si tratta di una carrozzina che si muove in ogni direzione, pilotata direttamente dal bambino, che in questo modo potrà sentirsi più autonomo e sicuro.

Un saluto ed un ringraziamento a tutti i partecipanti.

Campionati Regionali ATLETI

leccese Alberto
1° Posto
Federico Fantozzi
2° Posto
-50 Kg
(S.C.C.)

Emiliano Giampà
1° Posto
-75 Kg (Light Contact)

Valentina Massimetti
2° Posto
60 Kg
(L.C.)

Orlandi Claudio
2° Posto
69 Kg
(S.C.C.)

Serena Pugliese
3° Posto - Categoria: -50 Kg
Light Contact

Mattia Comis
1° Classificato
+80 Kg
Light Contact

Patrizio Malori
2° Classificato
47 Kg
(S.C.C.)

Stefano Alunno
3° Posto
+ 75 Kg
(K.L.)

Pierluigi Moriconi
1° Classificato
-75 Kg
Kick Light

RISULTATI GARE REGIONALI (PONTINIA)

SEMI CONTACTCADETTI 10-12 ANNI

ATLETA	SPECIALITÀ	CATEGORIA	CLASSIF.	SOCIETA'
Gasparini Davide	SC	47	1	Full Kontact Latina - Pugliese
Malori Patrizio	SC	47	2	Boxing Team - Perreca/Malori
Nardoni Cristian	SC	47	3	Full Kontact Latina - Pugliese
Tiberi Giuliano	SC	47	3	Full Kontact Latina - Pugliese
Gagnoni Lorenzo	SC	42	1	ASC Anco Marzio - Campiglia
Di Porto Gianluca	SC	42	2	Boxing Team - Perreca/Malori
Cimpeanu Giordan	SC	37	1	ASC Anco Marzio - Campiglia
Ciofi Davide	SC	37	2	Full Kontact Latina - Pugliese
Sorgi Angelo	SC	37	3	Boxing Team - Perreca/Malori
Gianlombardo Lucia	SCF	47	1	Free Style - Palma
Piro Barbara	SCF	42	1	Full Kontact Latina - Pugliese
Lanzilao Veronica	SCF	37	1	ASC Anco Marzio - Campiglia
Lanzilao Martina	SCF	37	2	ASC Anco Marzio - Campiglia

SEMI CONTACT CADETTI 13-15 ANNI

Sebastiani Tiziano	SC	69	3	K.B.I. - Emili
Rantuzzi Daniele	SC	69	1	K.B.I. - Emili
Franciosa Alessio	SC	69	3	K.B.I. - Emili
Driusi Daniele	SC	69	2	K.B.I. - Emili
Scaglione Alessandro	SC	69	1	ASC Anco Marzio - Campiglia
Orlandi Claudio	SC	69	3	Boxing Team - Perreca/Malori
De Angelis Marco	SC	69	2	K.B.I. - Emili
Luciano Roberto	SC	52	3	Full Kontact Latina - Pugliese
Leccese Alberto	SC	52	1	Boxing Team - Perreca/Malori
Fantozzi Federico	SC	52	2	Boxing Team - Perreca/Malori
Capone Luca	SC	47	1	Full Kontact Latina - Pugliese
Maviglia Erika	SCF	60	1	ASC Anco Marzio - Campiglia
Collepiccolo Giulia	SCF	60	3	K.B.I. - Emili
Feudo Tania	SCF	60	2	Full Kontact Latina - Pugliese

LIGHT CONTACT GIALLO/VERDE

Comis Mattia	LC	80	1	Boxing Team - Perreca/Malori
Giannini Alessandro	LC	80	2	PKT - Topa
Rossi Roberto	LC	80	3	Full Kontact Latina - Pugliese
Pallucchini Emanuele	LC	80	3	K.B.I. - Emili
Giampa Emiliano	LC	80	1	Boxing Team - Perreca/Malori
Arena Antonio	LC	80	2	Ken Otami - Catarci
Fiaschetti Andrea	LC	80	3	Full Kontact Latina - Pugliese
Dralow Andrey	LC	80	3	Full Kontact Latina - Pugliese
Parrocchia Gianluca	LC	75	1	Full Kontact Latina - Pugliese
Mazzoni Davide	LC	75	2	Ken Otami - Catarci

RISULTATI GARE REGIONALI (PONTINIA)

Marzon Daniele	LC	75	3	Full Kontact Latina - Pugliese
Monti Martin	LC	70	3	K.B.I. - Emili
Canosa Maurizio	LC	70	1	K.B.I. - Emili
Troselli Mirko	LC	70	2	Full Kontact Latina - Pugliese
Chiocca Riccardo	LC	70	3	Ken Otami - Catarci
Caiola Alessandro	LC	65	1	K.B.I. - Emili
Valentini Yuri	LC	65	2	Ken Otami - Catarci
Ciccotti Stefania	LCD	70	1	ASC Anco Marzio - Campiglia
Lucidi Annalisa	LCD	70	2	Full Kontact Latina - Pugliese
Tiberi Fabiola	LCD	70	3	K.B.I. - Emili
Massimetti Valentina	LCD	60	2	Boxing Team - Perreca/Malori
Rosa Alessandra	LCD	60	1	Ginnic - Buttigliero
De Santis Sara	LCD	55	1	ASC Anco Marzio - Campiglia
Pennacchio Vanessa	LCD	55	2	Full Kontact Latina - Pugliese
Fantozzi Paola	LCD	55	3	ASD 04 - Pedana
Parla Jessica	LCD	55	3	Ginnic - Buttigliero
Gasperini Flavia	LCD	50	2	ASD 04 - Pedana
Andreoli Veronica	LCD	50	1	PKT - Topa
Pugliese Serena	LCD	50	3	Ram Muay Team - Merlotti

LIGHT CONTACT SENIORES

Tiberi Daniele	LC Senior	84	2	K.B.I. - Emili
Munari Marco	LC Senior	84	1	Full Kontact Latina - Pugliese
Doina Paolo	LC Senior	74	1	K.B.I. - Emili
Marsico Michele	LC Senior	69	3	Ken Otami - Catarci
Alcardi Danilo	LC Senior	69	2	Blue Eagles
Di Sabbato Danilo	LC Senior	69	3	Boxing Team - Perreca/Malori
Chianese Andrea	LC Senior	69	1	Full Kontact Latina - Pugliese
Lo Fredi Fabrizio	LC Senior	63	1	Ken Otami - Catarci
Marson Alessio	LC Senior	63	2	Full Kontact Latina - Pugliese

KICK LIGHT GIALLO/VERDE

Caracciolo Carlo	KL	80	1	Agora - Ulissi
Chiang Tommaso	KL	80	2	Agora - Ulissi
Moriconi Pierluigi	KL	75	1	Boxing Team - Perreca/Malori
Onori Paolo	KL	75	2	Laur Sporting Club - Martorelli
Liviani Riccardo	KL	70	1	Agora - Ulissi
Gatani Alessandro	KL	70	2	Jet Center - Liberati
Alunno Stefano	KL	70	3	Boxing Team - Perreca/Malori
Vernarecci Fabrizio	KL	70	3	Jet Center - Liberati

KICK LIGHT BLU/NERE

Giordano Giuseppe	KL	74	1	Laur Sporting Club - Martorelli

GARE A STAZIONE BIRRA: CIAMPINO (RM)

DI ALESSANDRO MERLOTTI

Serena Pugliese
1° Posto Cat. -50Kg Kick Light

Alice Caligiuri
Campionessa Italiana Kick

Domenica 9 Aprile 2006 si sono svolte gare di KickBoxing, Full Contact e Boxe presso il locale Pub di Morena-Ciampino: Stazione Birra.
Serata ben riuscita a parere dei numerosi presenti, capitaneggiata dal Maestro Barone dell'A.s. Gladiators di Roma.
Nel primo pomeriggio hanno dato il via una ventina di incontri di Boxe Competition, nuova disciplina quasi riconosciuta ormai dalla F.P.I. che coinvolge gli Atleti alle prime esperienze agonistiche nel quale si premia esclusivamente il gesto tecnico-atletico e non altro. Diciamo una sorta di Boxe Light ma senza colpi portati troppo a segno.
Dopodiché abbiamo visto tanti incontri di Kick Light e nella serata si sono accesi gli animi con gli Atleti del Contatto Pieno di Full e KickBoxing.
Special Guest della manifestazione: il Titolo Italiano Professionisti Femminile di KickBoxing vinto dall'Atleta di casa Alice Caligiuri (A.s. Gladiators) contro Sabrina Lai.
Vanno i complimenti agli Atleti che si sono dimostrati tutti altamente preparati e corretti ed a Massimo Barone per la scelta del bellissimo locale messo a disposizione.

PASSO CORESE

CAMPIONATI ITALIANI DI KICK LIGHT

DI BRUNO CAMPIGLIA

Si sono svolti Domenica 7 maggio 2006, presso il Palazzetto dello Sport di Passo Corese (ROMA) , i Campionati Italiani di KICK LIGHT della F.I.K.B., per l'organizzazione della Federazione in collaborazione con la A.S.C. PRO KICK TEAM CAMPIGLIA, diretta dal M° Bruno Campiglia, oltretutto neoeletto Direttore Tecnico Nazionale proprio della suddetta KICK LIGHT.

I Maestri Campiglia, Merlotti e Malori

Questa specialità è in grossa espansione all'interno della Federazione riconosciuta dal C.O.N.I. , prova ne è che si sono avuti più di novanta partecipanti in quindici categorie di peso.

E' stata quindi questa una importante verifica dello stato di salute e del seguito di questa disciplina, e possiamo dire senza tema di essere smentiti che tutto e' andato per il meglio. Due tatami da 10 metri , Coppa e medaglia al primo e coppe agli altri tre piazzati sul podio di ogni categoria, ingresso gratuito per il pubblico ed il seguito degli atleti , cinque arbitri per ogni quadrato : Ogni sforzo e' stato fatto per permettere la perfetta riuscita della manifestazione ed il definitivo lancio di questa specialità!

Notevoli le richieste , ricevute da Campiglia, di stage e seminari per poter definitivamente stabilire i criteri tecnici ai quali fare riferimento per la definitiva crescita del settore.

Il successo della competizione è stato chiaro e tangibile, tanta la voglia di altre competizioni e soddisfazione di tutti quando il M° Campiglia , durante i ringraziamenti e le premiazioni finali , dichiarava che per la fine di Ottobre ha già prenotato ed indetto l'organizzazione della Coppa Italia 2006.

Arrivederci ad Ottobre, quindi ,nella speranza di bissare il successo.

Gli Atleti della **Kick Light**

A destra
Poldrugo Danilo
1° Posto
Vona Giovanni
3° Posto
Cat. 80 Kg

Sotto
Serena Pugliese
2° Posto
Cat. 50 Kg

A destra
Pierluigi
Moriconi
1° Posto
Cat. 75 Kg

A destra foto di gruppo atleti Boxing Team e Ram Muay Team
(Maestri Malori e Merlotti)

Risultati Campionati Italiani 2006
KICK LIGHT F.I.K.B.

UOMINI GIALLA / VERDE

KG.-60 — 12 ATLETI

1∞	INCHIAPPA ALESSANDRO	FREE STYLE -PALMA
2∞	INNOCENTI LORENZO	YAMA TEAM -ROSSINI
3∞	MASCI MORRIS	ASC GLADIATORS ROMA-BARONE
3∞	DUARTE STEFANO	ASC GLADIATORS ROMA-BARONE

KG.-65 — 6 ATLETI

1∞	FELICI CLAUDIO	FREE STYLE -PALMA
2∞	VERNARECCI FABRIZIO	FREE STYLE -PALMA
3∞	DELLA GAGGIA MARCO	ASC FIGHTER TEAM NAPOLI
3∞	ARCHIMIO GIUSEPPE	ASC FIGHTER TEAM NAPOLI

KG.-70 — 9 ATLETI

1∞	FRANCO MARCO	ASC FIGHT TEAM CONAC CASSINO
2∞	FRANCO ROCCO	ASC FIGHT TEAM CONAC CASSINO
3∞	CIARDIELLO VINCENZO	ASC FIGHTER TEAM NAPOLI
3∞	PELLEGRINO STEFANO	ASC FIGHTER TEAM NAPOLI

KG.-75 — 8 ATLETI

1∞	MORICONI PIERLUIGI	BOXING TEAM-MALORI
2∞	GRECO GIANLUCA	ASC FIGHTER TEAM -NAPOLI
3∞	CAPPELLA ALESSIO	BOXE ACCADEMY
3∞	SPADAFORA DANIELE	YAMA TEAM -ROSSINI

KG.-80 — 9 ATLETI

1∞	POLDRUGO DANILO	BOXING TEAM -MERLOTTI
2∞	NICOLINI DANIELE	ASC ANCO MARZIO
3∞	VONA GIOVANNI	BOXING TEAM -MERLOTTI
3∞	COSER MASSIMILIANO	ASC PRO KICK TEAM CAMPIGLIA

UOMINI BLU / NERA

KG.-63 — 7 ATLETI

1∞	GALLARELLO DANIELE	BOXE ACCADEMY
2∞	CIACCIA ALESSIO	ASC PRO KICK TEAM CAMPIGLIA
3∞	CIMPEANU JONUT	ASC ANCO MARZIO
3∞	VALDES FEDERICO	GERACE / GIOVANNINI

KG.-69 — 7 ATLETI

1∞	GERACE VINCENZO	GERACE / GIOVANNINI
2∞	SALVATORI SIMONE	FREE STYLE -PALMA
3∞	BALZAMA' MIRKO	FREE STYLE -PALMA
3∞	BAGAGLINI ALESSANDRO	ASC GLADIATORS ROMA -BARONE

KG.-74 — 5 ATLETI

1∞	DI PASTENA CHRISTIAN	ASC GLADIATORS ROMA -BARONE
2∞	GIORDANI ALESSANDRO	ASC GLADIATORS ROMA -BARONE
3∞	BARONE ANDREA	ASC GLADIATORS ROMA -BARONE
3∞	OTTATI NANDO	ASC FIGHTER TEAM NAPOLI

KG.-79 — 3 ATLETI

1∞	CENCI GIOVANNI	ASC PRO KICK TEAM CAMPIGLIA
2∞	VACCARO FRANCESCO	GERACE / GIOVANNINI
3∞	FERRETTI FABIO	ASC PRO KICK TEAM CAMPIGLIA

KG.-84 — 2 ATLETI

1∞	PESCARA TIZIANO	ASC PRO KICK TEAM CAMPIGLIA
2∞	MUSU DAVIDE	ASC PRO KICK TEAM CAMPIGLIA

KG.-89 — 2 ATLETI

1∞	ROSILICI LEONARDO	ASC PRO KICK TEAM CAMPIGLIA
2∞	BLASONE SIRIO	BOXE ACCADEMY

DONNE

KG.-50 — 2 ATLETI

1∞	PALLUCCHINI GIORDANA	ASC GLADIATORS ROMA -BARONE
2∞	PUGLIESE SERENA	BOXING TEAM -MERLOTTI

KG.-55 — 4 ATLETI

1∞	ALIANO MARTINA	ASC GLADIATORS ROMA -BARONE
2∞	SALARDI ALICE	GERACE / GIOVANNINI
3∞	PENNACCHIO VANESSA	FULL KONTACT LATINA -PUGLIESE
3∞	USSIA GERMANA	ASC PRO KICK TEAM CAMPIGLIA

KG.-60 — 4 ATLETI

1∞	CAMBIOTTI MANUELA	ASC GLADIATORS ROMA -BARONE
2∞	CONTI NOEMI	YAMA TEAM -ROSSINI
3∞	MENGHI STEFANIA	BOXE ACCADEMY
3∞	PICCHIO' FRANCESCA	ASC PRO KICK TEAM CAMPIGLIA

KG.-65 — 4 ATLETI

1∞	CICCOTTI STEFANIA	ASC ANCO MARZIO
2∞	CONFALONE VALENTINA	YAMA TEAM -ROSSINI
3∞	ANDREOZZI CLEMENTINA	ASC FIGHTER TEAM -NAPOLI
3∞	DE MICHELIS VALENTINA	ASC IL SOLE

CAMPIONATI ITALIANI A MONZA KICK, FULL E THAI

DI GIORGIO PERRECA

Nella foto Cappelletti Marco

La 3° ed ultima Fase dei Campionati Italiani Fikb, ottimamente organizzata dal M° Alfredo Zica, avrebbe dovuto svolgersi ad Ariccia per l'organizzazione del M° Alessandro Topa che però a due settimane dalla manifestazione dava forfait per indisponibilità del Palasport. Il cambiamento ha influito purtroppo sulle adesioni degli Atleti.
Per quanto riguarda il mio Team, ho iscritto 8 Atleti, 4 dei quali, non avendo nessuno in categoria, hanno accettato comunque di combattere contro Atleti di categorie e di peso maggiori o addirittura di un'altra specialità!
Un esempio ne è Umberto Lucci, Campione in carica negli 86 Kg di Kick che pur di combattere era costretto ad iscriversi nei 91 Kg di "Full Contact".
Stesso destino per Alessandro Spinelli Campione Italiano di Full che combatteva di Low Kick, mentre Flavio D'Ascenzio, unico Atleta in graduatoria nella Thai 57 Kg, oltre ad aver cambiato specialità (quindi Low Kick) non combatteva neanche più causa forfait dell'avversario all'ultimo minuto!
Aurora Trasmondi, iscritta nei 52 Kg di Low Kick che ha dovuto incontrare (pur di combattere) l'unica partecipante della Specialità nei 60 Kg.
Finale 67 Kg di Full 1° Serie D'Avanzo-Colantoni:
Incontro a dir poco indiscutibile, dove Colantoni comandava prendendo sempre iniziativa, colpiva maggiormente e risultava tecnicamente migliore dell'avversario… veniva dato sconfitto per due verdetti ad uno! Probabilmente la stanchezza si faceva sentire anche da parte degli Arbitri e dei Giudici…
Va comunque un ringraziamento ai miei allievi per quello che sono riusciti ad esprimere sul ring nonostante le tantissime avversità ed i miei complimenti al M° Zica per i bellissimi trofei consegnati agli Atleti e tutta l'organizzazione in questione!

SPHINX ANZIO

M° ALESSANDRO GIORDANO (SPINELLI)

FULL CONTACT - KICK BOXING - BABY BOXING
FITBOXE - BOXE - GINNASTICA GENERALE

THE LIFE IS A MATCH . . . FIGHT !

VIENI A FARE PARTE ANCHE TU DEL NOSTRO TEAM !
VIA ARDEATINA 354, 06.98.76.065 - ANZIO

Il M° Topa il **22 Giugno**, presso l'agriturismo Lo Scoiattolo organizzerà un incontro tra **Alessio Faiola** ed il **Campione Daniel Rasilla** valevole per il **Titolo Europeo**.

TITOLO MONDIALE DI FULL CONTACT WAKO-PRO

DI ALESSANDRO TOPA

Alcune fasi del combattimento

Sotto l'egida della F.I.K.B. e W.A.K.O. **Alessandro Topa** ha organizzato la seconda edizione di "Kickboxing Explosion 2".
Il clou della serata il Titolo Mondiale Kg. 69,200 di Full Contact tra il detentore tedesco Dimitri Hait e lo sfidante **Simone Procaccini** della PKT del Maestro Topa e 7 match che facevano da cornice alla serata.
Prima a salire sul ring era **Andreoli Veronica** (PKT), per lei primo match di full contact contro Flavia Gasparini di Roma, match che finisce in parità.
Il titolo italiano di Full contact cat. 60kg tra il detentore Messina Alessandro e lo sfidante **Faiola Lorenzo**, match spettacolare poiché alla 3° ripresa Faiola con un bel diretto dx metteva al tappeto Messina il quale si rialzava subito. La 4° ripresa veniva studiata da entrambi ma proprio allo scadere Faiola piazzava un bel gancio dx al volto che faceva perdere i sensi al campione in carica, il match si concludeva con Faiola Lorenzo laureato Campione Italiano professionisti.
Clou della serata il Mondiale che vedeva fino alla 7° ripresa un match alla pari tra Procaccini ed il tedesco Hait. L'Italiano sorprendeva con un bel calcio circolare al volto il tedesco che andava al tappeto.
Le ultime riprese vedevano un Procaccini più determinato che concludeva il match con un vantaggio considerevole (2 punti) laureandosi ***Campione del Mondo*** kg. 69,200.
Un avvenimento straordinario grazie anche all'organizzazione della serata che fu contornata da fumogeni, luci colorate e circa 700 persone.

SPORT TIME

Viale G.Sirtori n° 49 – 51 – 53 – 55
00149 Roma
Tel. 06 55261291

NUOVA GESTIONE

Sport Time, il negozio di vostra fiducia si è rinnovato, rinnovati con lui.
Nuovi arrivi di tutte le migliori marche.

Tutto per le arti marziali

Sconto del 15%

SOLINAS VS MARTINS

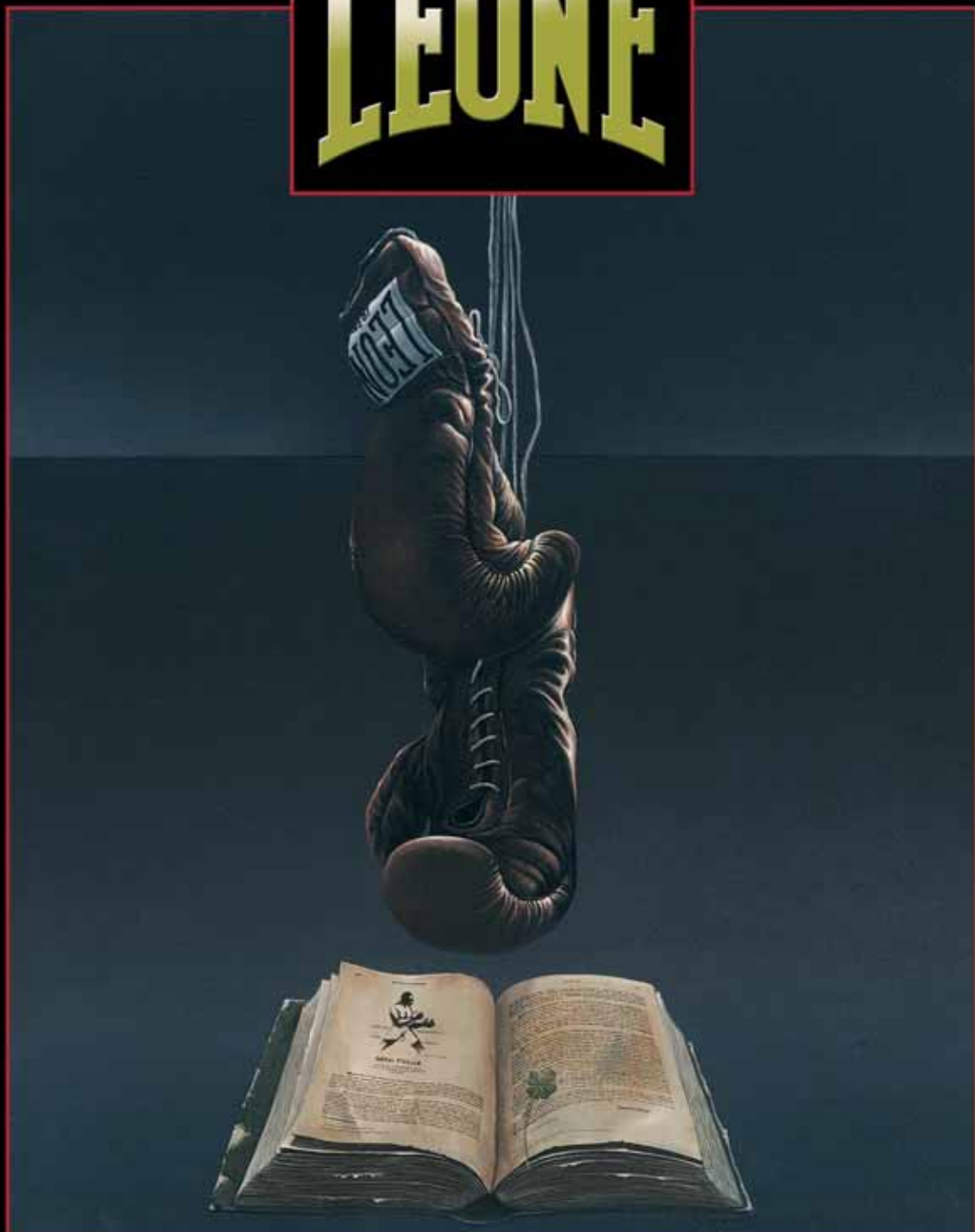
MONDIALE WAKO-PRO DI FULL

DI GIORGIO PERRECA

Massimo Solinas, Campione Intercontinentale Wako Pro di Full Contact, il 6 Maggio '06 ha affrontato Daniel Martins per il Titolo del Mondo in Francia a Linas.

I due contendenti hanno dato vita ad un incontro di bellezza ed intensità incredibile! Solinas, ferito da una testata involontaria all'arcata sopraccigliare al 1° round, tempestava di colpi al corpo Martins, dominando le prime 3 riprese, ma dalla 4° purtroppo accusava un calo fisico! L'epilogo all'8° round, quando ormai stremato, Solinas veniva colpito al fegato e contato in piedi e prima che l'arbitro permettesse la ripresa del combattimento, ho preferito, mio malgrado, gettare la spugna onde evitare ulteriori inutili colpi. Daniel Martins alzava così al cielo la cintura Mondiale meritatamente conquistata, grazie anche ad un Solinas non al top.
Vanno comunque i Nostri complimenti all'Italiano che nonostante il risultato ha dimostrato un grande coraggio e determinazione.

LEONE



DAL 1947 ... LA NOSTRA STORIA È LA NOSTRA GARANZIA

LEONE Via Crema, 11 - 20135 Milano - Italy - Tel. 02 58.31.57.91- Fax 02 58.32.10.60 - www.leonesport.it

C.O.N.I.
F.I.K.B.

PALESTRA

F.P.I.
WAKO

KICK BOXING ROMA CLUB

DIR. TECNICO DANIELE MALORI

ISTRUTTORI
E
PERSONAL
TRAINER
QUALIFICATI

CORSI DI

KICK BOXING
FULL CONTACT
KUNG-FU (di Okinawa)
SAVATE (BOXE FRANCESE)

BOXE
(agonistica e amatoriale)
THAI BOXE
DIFESA PERSONALE

GINNASTICA A CORPO LIBERO

CIRCUITI DI POTENZIAMENTO FISICO
E DEFINIZIONE MUSCOLARE

NOVITA'

BABY - KICK - BOXING

www.danielemalori.cjb.net

ROMA - Via Ugo Bassi, 44 (Trastevere Piazza I. Nievo)
Tel. 06.5894800

ALLENAMENTO CON SOVRACCARICHI:

PROF. LUCA MARTORELLI

L'allenamento con l'impiego di sovraccarichi (o pesi) è fondamentale per il miglioramento di tutte le espressioni della **forza** (massimale, rapida, resistente), della **potenza** e per l'**ipertrofia muscolare**.

Questo mezzo di allenamento, non solo è utile per il raggiungimento delle migliori prestazioni, ma è fondamentale per quasi tutte le discipline sportive. Una volta si credeva che l'allenamento con i pesi fosse dannoso per la salute e controproducente per alcuni sports, come ad esempio le arti marziali. Quante volte abbiamo sentito le frasi come:"Non usare i pesi perchè legano"..."Non potenziare le gambe perchè diventerai più lento" ecc. ecc.?

Dai 12/13 anni circa di età è possibile iniziare un lavoro di condizionamento con sovraccarichi, età in cui si è solitamente raggiunta una certa maturità a livello osteo-articolare e ormonale. Diversi studi hanno sottolineato l'osservazione generale che incrementi di forza e benefici fisici possono essere ottenuti con sicurezza da ragazzi che partecipano a programmi di allenamento che prevedono l'uso di sovraccarichi, anche se tali miglioramenti sono ampiamente attribuibili a fattori neurali e raramente accompagnati da modificazioni significative nella dimensione del muscolo (ipertrofia). Probabilmente, l'incremento di forza in pubertà è dovuto ad una interrelazione tra maturazione endocrina e neurologica. Gli obiettivi in questa fase saranno principalmente: l'apprendimento di una corretta tecnica di esecuzione degli esercizi; bassi carichi e medio alte ripetizioni per favorire anche l'irrobustimento dei tendini e capsule articolari (alla base della prevenzione dagli infortuni); l'instaurare un buon rapporto con questo mezzo di allenamento che dovrà essere parte integrante della vita dell'atleta; l'iniziale incremento della forza.

Man mano che l'atleta avanzerà con l'età e con l'allenamento, quest'ultimo si farà sempre più specialistico relativamente a tutte le capacità motorie. In particolar modo l'impiego di sovraccarichi passerà da una fase di sviluppo della forza di base e dell'ipertrofia alla forza massima per poi arrivare allo specifico. Ad esempio, per un atleta di sport da combattimento il lavoro sarà improntato, nel periodo specialistico della preparazione, allo sviluppo della potenza e forza rapida.

A tale proposito la periodizzazione dell'allenamento riveste un ruolo fondamentale, in quanto a seconda del periodo di preparazione in cui ci si trova (preparatorio, pre-agonistico, agonistico, transitorio) l'allenamento con sovraccarichi sarà finalizzato ad obbiettivi differenti.

Nel caso degli sport da combattimento il periodo **preparatorio**, dedicato alla preparazione di base dell'atleta, consisterà nella costruzione della forza massima e dell'ipertorfia; quest'ultima nel caso l'atleta abbia la necessità e possibilità di incrementare il peso per guadagnarne in potenza.

Periodo **pre-agonistico**, si inizia ad andare verso la specializzazione dell'allenamento, esercitazioni vicine al gesto di gara finalizzate all'allenamento per la potenza e forza esplosiva.

Periodo **agonistico**, dedicato al miglioramento/mantenimento della potenza, forza esplosiva, esplosivo-elastica.

Periodo di **transizione**, si passa in una fase di recupero psico-fisico attivo, in cui allo stesso tempo si cerca di mantenere le qualità fondamentali acquisite in precedenza.

www.lucamartorelli.com

Potete inviare domande o suggerire un argomento di vostro interesse. Riceverete risposta che potrà essere pubblicata nelle prossime uscite di Fighter: fighter@lucamartorelli.com

SPHINX
BOXING TEAM
M° GIORGIO PERRECA - HADY EL HELWE - ALESSANDRO GIORDANO
EUGENIO ANNESE
UMBERTO LUCCI
ITALIA
ITALIA
FLAVIO D'ASCENZO
MASSIMO SOLINAS
MAURO AVERSANO
I NUOVI AGONISTI DELLO SPHINX TEAM ROMA
VIENI A FARE PARTE ANCHE TU DEL TEAM BOXING SPHINX
TEL / FAX: 06.551.55.88 - www.sphinxgym.com

QUADERNO TECNICO DI KICK BOXING

DI GIORGIO PERRECA

SPARRING CON IL M° GIORGIO PERRECA
E IL M° FABIO PERRECA

Maestro G. Perreca
Info:
339.2976235

LEZIONE 4

Posizione di guardia

Su attacco di diretto dx,
passo obliquo e diretto dx al viso

Low Kick dx interno coscia

Spazzata sx su gamba anteriore

Calcio volante all'indietro

STAGE N°2 CON IL CAMPIONE THAILANDESE:

DI ALESSANDRO MERLOTTI

Il Gruppo di principianti

Gli insegnanti

Sabato 22 Aprile 2006 presso la palestra **Olimpians Gym** in via dei Mamili a Roma, si è tenuto il Secondo Stage con il grande campione thailandese **Kaluhad Sor. Suphawan**.
Questa volta grazie alla collaborazione con l'**A.S. Gladiators** del Maestro Massimo Barone, sono riuscito a far tornare nella nostra città questo grande fenomeno!
Di nuovo accompagnato dall'interprete Francesco Cantagalli, Kaluhad ci ha intrattenuti per circa 6 ore (3 nella mattinata con i principianti e 3 nel pomeriggio con gli istruttori).
Come nell'appuntamento precedente (28 Gennaio '06), ha illustrato numerose tecniche di pura **Muay Thai** a dir poco sorprendenti.
Molto entusiasti i circa 50 partecipanti si sono subito adeguati al naturalissimo stile del campione che, con estrema semplicità, si faceva intendere spesso anche senza aprire bocca.
Dopo un'alternanza di tecniche braccia.gambe e diverse situazioni di clinch con utilizzo di gomiti, ginocchia e proiezioni, Kaluhad ci ha mostrato di nuovo l'allenamento ai Paou con il sottoscritto ed in fine si è messo a disposizione per due scambi amichevoli con alcuni di noi.
Dopo le foto di rito ed il consueto invito ad allenarci nel suo Camp in Thailandia io, Massimo ed i due ospiti ci siamo promessi un'imminente incontro con loro al più presto.
Di fatti vorremmo prendere la palla al balzo e magari se possibile, ospitare qui Kaluhad per una settimana ed averlo presente al **"Mondo Fitness"**, fiera che si terrà a Roma nei mesi di Giugno e Luglio.
Sarebbe un'ottima opportunità per tutti noi di allenarci 7 giorni di fila con un insegnante Thailandese tutto a nostra disposizione.

STAGE BOXING TEAM AL DONORATICO:

La Spiaggia dove si sono svolte le lezioni

Dal 26 al 28 Maggio 2006 si è svolto il 1° Stage Interdisciplinare organizzato dal Boxing Team Perreca-Malori a Donoratico in provincia di Livorno.
I numerosi partecipanti hanno avuto la possibilità di alternare lezioni di KickBoxing, Full Contact e Pugilato con il Maestro Malori ed i Campioni Giorgio e Fabio Perreca all'interno della splendida cornice del residence Toscano.
Tra una pausa e l'altra si poteva usufruire della piscina messa a disposizione e degli spazi riservati ai lettini per prendere anche un po di sole e naturalmente, a due passi il mare che affaccia praticamente sull'Isola d'Elba.
Ottima riuscita sia sotto il punto di vista Tecnico che organizzativo.
Si da appuntamento quindi al 2° Stage che si terrà la stagione prossima probabilmente sempre nel medesimo posto!

Per ulteriori **informazioni** contattare i Maestri Daniele Malori (333 5201722) e Giorgio Perreca (339 2976235)

IL BABY NOTIZIARIO "THE FIGHTER"

FEDERICO PERRECA
Sphinx Gym
(M° Giorgio Perreca)

FOTO DI GRUPPO
Cadetti Semi Contact
Kick Boxing Roma Club
(M° Daniele Malori)

L'ISTRUTTORE CANALE CON UN'ALLIEVA
Settore Kick Femminile

IL NOTIZIARIO "THE FIGHTER"

STAGE DI PUGLIATO E MUAY THAI

Sabato 20 Maggio presso l'Olimpic Gym 2000 di Roma si è tenuto un Stage-incontro tra gli atleti del pugilato (M° Malori) e quelli della Muay Thai (M° Merlotti)

CORSO PER INSEGNANTI DI KICK BOXING

Docente: Maestro Daniele Malori

VENDESI ATTREZZATURA COMPLETA DA BODY BUILDING E CARDIO FITNESS TECHNOGYM E PIGNATTI.
INFO:
339 2976235
06 5515588

NEL MESE DI LUGLIO DISPUTERANNO I SEGUENTI TITOLI:

EUROPEO

ALESSANDRO SPINELLI

INTERCONTINENTALE

EUGENIO ANNESE

STAGE DI 3 GIORNI CON IL CAMPIONE KAOPOM LEK:

Nelle date 7, 8 e 9 Luglio si terrà presso Mondo Fitness in viale Tor di Quinto a Roma, lo stage con il campione Thailandese Kaopom Lek.
Per maggiori informazioni: 339 4955724 e **348 7402993**
(M° Merlotti e M° Barone)

ACADEMY SHOP ROMA snc
Via Luigi Rizzo, 105 - RM 00136
Tel. 06 45 42 57 41
www.academyshoproma.com
info@academyshoproma.com

HANNO COLLABORATO:
Alessandro Topa, Luca Martorelli, Bruno Campiglia, Tiziano Pugliese e Daniele Canale.

★THE FIGHTER★
Kickboxing • Full Contact • Muay Thai • B.F. Savate • Boxe &... tanto altro!

Fotocopiato in proprio