

## DI NUOVO INSIEME

Eh già, eccoci di nuovo insieme per il secondo anno consecutivo qui a San Paolo d'Argon, dopo aver riposato tutta estate ora si ritorna a fare un po' di sport.

Da ottobre sono ricominciati i corsi di Karate per i nostri bambini e ragazzi presso la palestra delle scuole elementari dove si gioca, si cresce e ci si diverte a forza di tirare pugni, calci e non solo!!!

Chi siamo? Per chi ancora non avesse le idee chiare, noi siamo Asd **ASAHI KARATE CDA**, associazione sportiva presente a Carobbio degli Angeli da molti anni, che si occupa dell'insegnamento e della diffusione del Karate in tutti i suoi aspetti; per il secondo anno la nostra associazione è presente anche qui a San Paolo e nella sede di Zanica.

Noi aderiamo alla FIJKAM (Federazione Italiana Judo Lotta Karate Arti Marziali), l'unica federazione riconosciuta dal CONI per la pratica del Karate, siamo convinti promotori del karate a misura di bambino; infatti nelle fasce di età più giovani introduciamo elementi della disciplina per mezzo di molte attività di educazione motoria, in forma ludica.

A San Paolo siamo ancora un piccolo numero, anche se in due anni abbiamo visto crescere bambini e ragazzi non solo in bravura nella disciplina ma anche nelle capacità motorie e coordinative e tutto questo porta grande soddisfazione, tanto che i partecipanti al corso hanno superato gli esami di passaggio di cintura che si sono svolti ad inizio giugno.

Per quanto riguarda altre attività al di fuori della palestra, durante la passata stagione sono state organizzate con altre palestre della bergamasca tre domeniche di "Gioco Karate", piccole gare dove ogni karateka doveva cimentarsi in diverse prove tra le quali un percorso ad ostacoli, un combattimento dimostrativo con il proprio compagno, esecuzione di tecniche ad un bersaglio (palloncino) e una prova libera; anche in questi eventi i nostri ragazzi hanno sempre dato il massimo raggiungendo anche i primi posti, ma soprattutto hanno ottenuto il più grande dei risultati, quello di **partecipare e di divertirsi insieme agli amici**.

Per chi volesse ulteriori informazioni sui corsi e sulle nostre attività può consultare il sito internet [www.asahikarate.it](http://www.asahikarate.it)



*Valota Omar*  
Asahi karate cda

Esami di passaggio di cintura con tutti i ragazzi di Carobbio, San Paolo D'Argon, Zanica e Sorisole.