



# A.K.T. magazine

La gazzetta ufficiale dell'Associazione Karate Tombolo.

## News



## Annunci



L'esame passaggio cintura avverrà domenica 10 giugno 2007, dalle 9.00 alle 12.00, presso la palestra di via Dante a Tombolo.



Cercasi genitore/i disponibile/i a raccogliere i nomi di coloro che intendono partecipare alla pizza sociale presso la birreria St.Marteen di S.Martino di Lupari dopo l'esame del 10/06/2007.



Ora AKT magazine è scaricabile anche dal nostro sito alla pagina: [www.karatetombolo.it/aktmagazine.htm](http://www.karatetombolo.it/aktmagazine.htm)



### Proposta settimana in montagna 27 agosto 2007- 2 settembre 2007

Si propone una settimana autogestita in montagna presso la spaziosa colonia Glogione a Piniè di Vigo di Cadore (BL): allenamento per gli agonisti, giochi per i piccoli, ristoro per i genitori. C'è posto per tutti ma, ovviamente, tutti devono rispettare l'ambiente e collaborare per la cucina e la pulizia. La settimana sarà effettuata solo a condizione di raggiungere un numero sufficiente di partecipanti e numero adeguato di accompagnatori. Per ulteriori informazioni e prenotazione rivolgersi ad Arialdo entro il 20 febbraio.



Attività estiva: come di consueto si terranno gli allenamenti estivi all'aperto nei mesi di giugno e luglio.

## Eventi febbraio - luglio 2007

### Calendario gare

#### BAMBINI (ANNI 1995-2002)

#### *Seconda tappa "combinata gioco-sport-karate 2007"*

**DOMENICA 18 MARZO 2007**

Località: palazzetto dello sport, via donatori del sangue, S. Angelo di Piove di Sacco(PD);

Orari:

Ore 09.00 categoria ragazzi (97-98);

Ore 11.30 categoria bambini A (01-02);

Ore 14.00 categoria bambini B (99-20);

Ore 15.00 categoria esordienti A (95-96).

**Iscrizioni entro giovedì 10 marzo**

## AGONISTI (ANNI 1990-1994)

### **Trofeo veneto 2007:**

#### **Seconda tappa trofeo veneto 2007**

**DOMENICA 11 FEBBRAIO 2007**

presso: palestra comunale, via brenta, Nove (VI);

**Iscrizioni entro giovedì 1 febbraio.**

#### **Terza tappa trofeo veneto 2007**

**DOMENICA 29 APRILE 2007**

presso: palasport, via don orione, Trebaseleghe (PD)

**Iscrizioni entro giovedì 19 aprile.**

Orari tappe trofeo veneto 2007:

Ore 13.00 kumite esordienti;

Ore 14.30 kumite cadetti maschile;

Ore 15.30 kumite cadetti femminile;

Ore 16.00 kumite juniores maschile;

Ore 16.30 kumite juniores femminile.



Altre potenziali date:

- **Sabato 3 marzo 2007:** Malta international karate championship 2007
- **31 marzo – 1 aprile 2007:** Irish international open, ALSAA sports centre, Dublin airport, Dublin
- **27 - 28 maggio 2007:** Austrian karate grand prix, ASVO-Halle, Graz

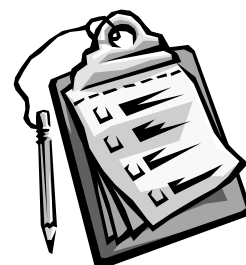
*Eventuali altre gare o eventi non ancora pervenuti saranno comunicati tempestivamente.*

### **CTR ed altri incontri**

**Centro tecnico regionale** (atleti cadetti e junior)

Località: NOVENTA PADOVANA

- Sabato 24 febbraio 2007 ore 15.00-17.00;
- Sabato 03 marzo 2007 ore 15.00-17.00;
- Sabato 24 marzo 2007 ore 15.00-17.00;
- Sabato 14 aprile 2007 ore 15.00-17.00;
- Sabato 28 aprile 2007 ore 15.00-17.00;
- Sabato 05 maggio 2007 ore 15.00-17.00;
- Sabato 26 maggio 2007 ore 15.00-17.00.



**SENIGALLIA (AN) 5-6-7-8 / LUGLIO 2007**

**Stage di karate – kumite diretto da Cristophe Pinna pluricampione mondiale W.K.F.**

Programma ed orari:

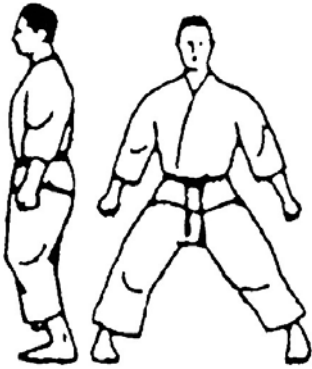
Mattino: ore 8,00-10,00 preparazione atletica. Le sedute del mattino si svolgeranno prevalentemente all'aperto (sulla spiaggia e al campo di atletica).

Pomeriggio: ore 18,00-20,00 karate : tecnica, tattica e strategia del combattimento sportivo. La parte tecnica si svolgerà sul tatami al palasport comunale di Senigallia.

Il resto della giornata è libero per godersi il mare sulla spiaggia di senigallia.

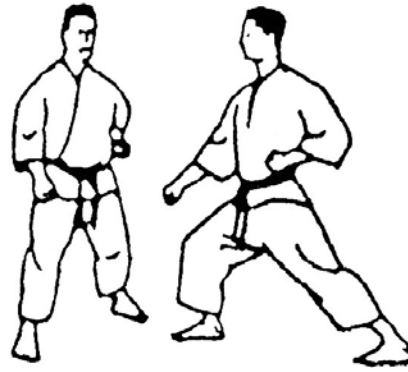
Per gli interessati: rivolgersi ad Emilio.

Le posizioni



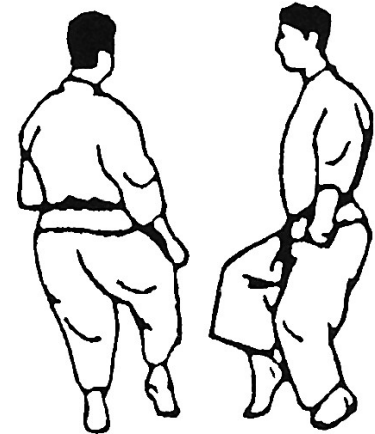
Kiba-dachi

1



Zenkutsu-dachi

2



Neko-ashi-dachi

3



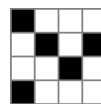
Note tecniche:

La posizione 1, "del cavaliere", molto diffusa nei kata, ha un assetto simmetrico e peso distribuito uniformemente su entrambi gli arti inferiori.

La posizione 2, la più utilizzata nel kumite, nei kata e nei kihon, è caratterizzata da assetto frontale e peso distribuito prevalentemente sulla gamba avanzata.


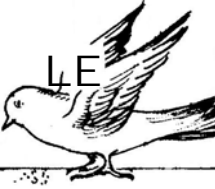
La posizione 3, "del gatto", utilizzata nei kata e nei kihon, ha una distribuzione del peso quasi esclusivamente sulla gamba posteriore, lasciando libera e pronta all'uso la gamba avanzata.

Giochi



Rebus :(13-5)

di Londei Davide

COM		TI		
	english			



Redazione :

Londei Davide - e-mail: [fabrizio.londei0@alice.it](mailto:fabrizio.londei0@alice.it) - Tel.: 340 3474331

Associazione Karate Tombolo:

sito internet : <http://www.karatetombolo.it> - email: [info@karatetombolo.it](mailto:info@karatetombolo.it)