



Espinho (Portogallo) 1-3 aprile 2005

In occasione del 30° anniversario dell'Associazione portoghese (APAM), si è svolto ad Espinho dall'1 al 3 Aprile 2005 uno stage internazionale di Viet Vo Dao con la partecipazione delle delegazioni del VVD Francia, VVD Svizzera e VVD Italia. Il nostro gruppo era composto da ben quattro atleti (Giulia, Ciccio, Roby e Mila) accompagnati dal Maestro Bao Lan, dalla segretaria tuttofare Adriana e dalla mascotte del gruppo, e fotografo d'occasione, Andy.

Al nostro arrivo in Portogallo già si respirava il calore di questo paese. Il sorriso amichevole del Maestro Carlos Santos e la disponibilità di Cristiana (diventata per l'occasione nostra traduttrice) ci hanno dato il benvenuto e accompagnato in un semplice ma molto accogliente hotel nel centro pedonale di Espinho, una piccola cittadina distante circa 20 km da Porto che si affaccia direttamente sull'oceano Atlantico.

La compagnia piacevole dei praticanti di Viet Vo Dao, ma soprattutto la loro estrema generosità a concederci ogni minuto del loro tempo libero ci ha lasciati davvero senza parole. L'organizzazione perfetta dell'evento curato in ogni minimo particolare dalla meticolosità del Maestro Carlos Santos e la simpatia e la generosità dell'istruttore Carlos Tavares sono stati un cocktail perfetto per la formazione di un gruppo affiatatissimo di praticanti provenienti da paesi diversi.

Il giorno successivo al mattino il nostro gruppo ha potuto visitare il centro di Espinho, passeggiando lungo i tipici viali (chiamati *rua*), osservando le tradizioni della vita locale. Immane la passeggiata sulla spiaggia, dalla quale si potevano osservare onde dall'altezza spettacolare. A partire dalla tarda mattinata, grazie alla guida del Maestro Carlos Santos e della sua famiglia, abbiamo visitato la città di Aveiro e il litorale che la circonda. Oggi Aveiro è una cittadina universitaria, ma il suo passato economico era basato sulla pesca, quindi appare come un armonioso mix di cottages di pescatori e case in stile Art Nouveau, pur non mancando qualche costruzione storica. Dopo una breve visita della cittadina, fra degustazioni di piatti di pesce e bolliti di carne e dopo aver saccheggiato doverosamente le boutique del centro siamo rientrati in albergo per prepararci allo stage.

Puntualissimo, il pulmino ci ha accompagnato in un enorme palazzetto degno di lode dove abbiamo incontrato anche il team francese e svizzero con cui abbiamo instaurato subito un buon feeling e una bella amicizia.

Con assoluta calma e tranquillità dopo i saluti e gli onori al Maestro Bao Lan (direttore dello stage) è iniziato l'allenamento in cui ogni istruttore delle diverse nazioni ha avuto lo spazio per trasmettere la propria esperienza.

I praticanti portoghesi poi sono stati sempre molto collaborativi nei nostri confronti e durante gli allenamenti si respirava un'intensa armonia che è risultata per tutti assolutamente stimolante e appagante. Nulla è stato lasciato al caso ed è stato molto interessante apprendere metodi diversi di insegnamento e confrontarsi con allievi di altre scuole così aperti allo scambio di esperienze sulle diverse tecniche apprese.

La serata non ha deluso le nostre aspettative... Abbiamo cenato a base di piatti tipici di pesce in un ristorante in riva all'oceano. La serata è stata arricchita dall'aria di allegria e di amicizia che si respirava al nostro tavolo. L'incrociarsi di tre lingue diverse unite dalla stessa risata; il riuscire a capirsi e a divertirsi anche senza parole ci ha fatto sentire ancora di più cosa significa in realtà vivere nella grande famiglia del Viet Vo Dao.



Nella mattinata del giorno successivo si è svolto un'ulteriore allenamento, in vista soprattutto della dimostrazione della sera. Nel tardo pomeriggio un breve riposo, seguito dal buffet pre-dimostrazione e infine la partenza per il palazzetto. La banda del paese ha provveduto all'intrattenimento di un pubblico assai numeroso ed ha dato così il via alla serata. La dimostrazione dei vari team si è svolta con ordine alternando gli esercizi dei vari paesi sempre in uno spirito di amicizia e di fratellanza. Abbiamo potuto apprezzare soprattutto la coordinazione del gruppo portoghese che riusciva ad andare perfettamente a tempo come se fossero un'unica entità. Tra il gruppo si è distinto soprattutto l'istruttore Georges che ha partecipato a tutti gli esercizi portati in scena (da quelli dei bambini a quelli del Tai Chi).

Nel gruppo francese e svizzero abbiamo potuto invece apprezzare la serietà e la determinazione con cui hanno affrontato ogni esercizio.

La dimostrazione del nostro gruppo è stata la più semplice e improvvisata (abbiamo deciso e inventato gli esercizi quel pomeriggio stesso) ma anche la più apprezzata; in quattro siamo riusciti a presentare ben cinque esercizi e soprattutto l'esercizio di song luyen con la sciabola presentato da Ciccio e Roby ha riscosso grande successo da parte del pubblico di casa (complice anche la musica ritmata che ha reso ancora più simpatico l'esercizio!). La ciliegina finale sulla torta l'ha offerta il Maestro Bao Lan, che in anteprima mondiale ha svolto una forma da lui creata appositamente su una musica che alternava pezzi veloci e potenti di Viet Vo Dao a pezzi lenti e armoniosi di Viet Tai Chi. La forma ha riscosso un tripudio di applausi da parte di tutto il pubblico e da parte di tutti i praticanti rimasti in piedi a bocca aperta.

La serata si è poi conclusa allegramente fra un bicchiere di porto e dell'ottimo cibo, fra scambi di doni e di indirizzi e-mail per non perdere i contatti.

Domenica 3 Aprile è stata una giornata intermante dedicata al relax e alla visita della vicina città di Porto. Nonostante il tempo poco clemente, abbiamo potuto visitare la città attraversata dal fiume *Douro* e che si affaccia sull'oceano. Proprio sulle rive del fiume hanno sede le più famose case produttrici di Porto, il famoso vino. Noi abbiamo potuto visitare la *Ferreira*, la più antica distilleria di tutta la città di Porto. A fine visita opportunità colta al volo di assaggiare alcune tra le tante varietà del Porto e "saccheggio" finale della boutique, dove ognuno ha approfittato per regalarsi (o regalare agli altri) qualche "sana" bottiglia del famoso vino.



Successivamente la visita è proseguita con una passeggiata lungo le rive del *Douro* dove si potevano ammirare le tipiche imbarcazioni usate un tempo per il trasporto delle botti di vino. A pranzo ennesima mangiata collettiva offerta dagli splendidi amici portoghesi e nel pomeriggio visita completa della città, coi suoi monumenti storici e vedute dall'alto davvero mozzafiato.

Al rientro verso Espinho, complici forse i calici di Porto, il nostro pullman sembrava una Torre di Babele... si comunicava ormai in una strana lingua che era un misto tra il francese, l'italiano, il portoghese, l'inglese e perfino il dialetto veneto! In serata cena di saluti con tutto il gruppo, ospiti e ospitanti conclusasi con mega torneo di biliardo presso un pub di Espinho. Da segnalare l'accesa competizione tra Francia e Italia sul panno verde, con birra a pagamento gentilmente offerta dai perdenti di turno (ovviamente noi!)

Il ricordo indelebile che ci porteremo sempre nel cuore è quello della gentilezza e ospitalità a volte quasi imbarazzante del gruppo portoghese. Il Maestro Carlos e i suoi allievi hanno saputo organizzare un evento perfetto dal punto di vista organizzativo ma anche soprattutto dal punto di vista umano. Non ci stancheremo mai di ringraziarli per i bei giorni che ci hanno regalato. Se dovessimo dare un titolo a questa nostro viaggio in Portogallo lo definiremo come lo "stage dell'amicizia" e quello che ci hanno saputo dare i Viet Vo Dao Sinh portoghesi con il loro sorriso il loro spirito unito e solidale dovrebbe esserci da esempio e da modello da imitare per continuare a migliorare e progredire tutti insieme nella stessa direzione.

