

Festa tradizionale 2007: Roma

il resoconto

L'annuale edizione della Festa Tradizionale della fondazione del Viet Vo Dao, si è tenuta nei giorni 28 e 29 aprile nei dintorni di Roma.

L'evento, organizzato dal neo quarto dang istruttore Stefano Targa, del centro Long Ho di Roma, è stato piacevolmente ben gestito ed è trascorso in maniera divertente nonché interessante.

Per quanto riguarda le tematiche trattate allo stage, bisogna scindere i due tipi di allenamenti sostenuti. Alla mattina, lo stage è stato diretto da Stefano Targa il quale, pochi istanti dopo aver discusso la propria tesi in sede di esame (per diventare 4° dang), ha illustrato al gruppo, molto numeroso ed attento, le sue convinzioni, sostenute da dimostrazioni pratiche, sul riscaldamento, sull'allineamento scheletrico, e sul tema dell'estensione. In pratica si è spaziato da tecniche di meditazione, a tecniche di presa conoscenza della propria struttura scheletrica, fino ad arrivare ad esercizi più pratici per raggiungere una migliore estensione senza doversi scaldare, nel senso più tradizionale che diamo alla parola. Insomma un interessantissimo lavoro fatto sulla testa prima ancora che sul corpo.

Nel pomeriggio invece, il direttore di stage è stato il maestro Roberto Ravarro, che, forte della sua esperienza e fama nell'ambito degli sport da combattimento, ha trasmesso le sue conoscenze in questo campo, partendo innanzi tutto dalla preparazione fisica di un combattente, incluso lavoro aerobico e di resistenza. Successivamente si è passati ad un lavoro più specifico sul combattimento, introducendo, dopo esaurienti dimostrazioni, concetti come la reattività dopo un colpo subito, i movimenti basilari del combattimento sportivo e i famosi low kick che tra qualche anno potranno essere inclusi nel regolamento della Federazione Viet Vo Dao Italia.

Per quanto riguarda gli esami per cintura nera e gradi superiori, da notare la "doppietta trevigiana" (Spigariol Alessia e Piccariello Silvia) per quanto riguarda il discorso nomine (gli atleti che ricevono il voto più alto nel passaggio al grado di cintura nera e primo dang) e gli ottimi esami sostenuti dai rappresentanti della palestra Bao Lan: Papalia Costanza, per il passaggio al grado di primo dang, e Papalia Fulvio per il passaggio al grado di terzo dang. Infine, come al solito, da notare il grande clima di fratellanza instaurato tra il connubio, ormai collaudato, Padova-Treviso-Montebelluna, incentivato molto anche dall'organizzazione che ha svolto efficientemente il proprio lavoro in un clima rilassato e di grande amicizia!