

Grande successo allo stage di Marina di Cecina



In data 01 agosto '09 si è svolto l'Acquaday presso l'Acquavillage a Marina di Cecina, con ca. 110 partecipanti tra cui atleti del WTKA Karate, Global Self Defence Training e Palestra Ego Anima e Corpo.

Una giornata formidabile passata in compagnia di numerosi amici, i Maestri intervenuti si sono passati il testimone delle attività. Ad aprire le danze alle 11.30 Acqua Gym con le bravissime Istruttrici della palestra Ego. Successivamente, l'esclusivo Karate Music in acqua con l'istruttrice Enrica, che ha visto la partecipazione di numerosi curiosi. Dalle 12.00 alle 14.00 tutti gli atleti e amici si sono scatenati tra gli scivoli

dell'Acquavillage tra rise e urla, stremati hanno consumato il pasto nell'area riservata agli organizzatori. Alle ore 14.00 è la volta della lezione di Difesa Personale dove numerosi interessati si sono avvicinati all'area preposta e hanno osservato con interesse le tecniche illustrate dal Maestro Sergio Pulimeno e dei suoi Istruttori tra cui: Silvia, Francesco e Roberto. Alle 14.30 esibizione congiunta di Karate tra Nippon Budo Follonica con il Maestro Marcella Chiriatic e l'Accademia dello Sport di Livorno con il Maestro Daniele Angileri coadiuvato dagli istruttori Magnelli Alessio e Elisa Bonsignori che hanno stupito il pubblico presente, con esibizioni di katà e kumite, con gran finale dimostrativo in acqua. Ore 15.30 dopo avere digerito " si fa per dire" è il momento del contatto pieno con la Kick Boxing del Maestro Roberto Geri e il suo staff tecnico: Alessandro, Enrica e Elena e tutti gli allievi del BUSHIDO KAI SHOTOKAN CECINA. Dopo il riscaldamento e condizionamento di tutte le fasce muscolari i partecipanti allo stage si sono confrontati in un scambio di tecniche, da prima solo con le braccia, e successivamente anche con le gambe. In questa esibizione non si è potuto fare a meno di notare il figlio Mattia che ha dato eccellente prova della sua tecnica. Ma non finisce qui, alle 16.00 ritornano a dare movimento il personale dell'Ego con Acqua Kombat che con le grintosissime Istruttrici Sabrina, Monica e Laura, hanno impegnato per circa 30' il numeroso pubblico presente e hanno contribuito al dispendio delle ultime energie rimaste. Alle 16.30 il Global Self Defence e il suo staff tecnico concludono con la difesa personale in acqua, dove le tecniche illustrate "difesa da attacco da coltello" hanno incuriosito tutti i presenti al punto di occupare l'intera piscina. Ore 17.30, gli organizzatori, gli istruttori, gli atleti e i partecipanti sono soddisfatti ma stremati e cercano di recuperare le energie perse sotto gli ombrelloni.

In conclusione all'Acquavillage di Marina di Cecina sabato scorso si è consumata una grande giornata di divertimento, tecnica e amicizia.

Grazie a tutti per la numerosa partecipazione.