

# OLTRE 800 STUDENTI a scuola di **VINGTSUN EVTF** con Sifu Emanuele Ciccarelli al Campus Aquae di Pavia

Tra Novembre e Febbraio si è svolto presso il Campus Aquae di Pavia il progetto che ha visto la partecipazione di oltre 800 studenti alle lezioni di autodifesa Ving Tsun EVTF.

Master **Emanuele Ciccarelli**

**D**urante i mesi di Novembre, Dicembre 2014 e di Gennaio e Febbraio 2015 si è svolto presso il Campus Aquae di Pavia il progetto che ha unito i licei Taramelli, Volta e Cairoli anch'essi di Pavia, ed ha visto la partecipazione di oltre 800 studenti alle lezioni di autodifesa Ving Tsun EVTF dirette dal Sifu Emanuele Ciccarelli.

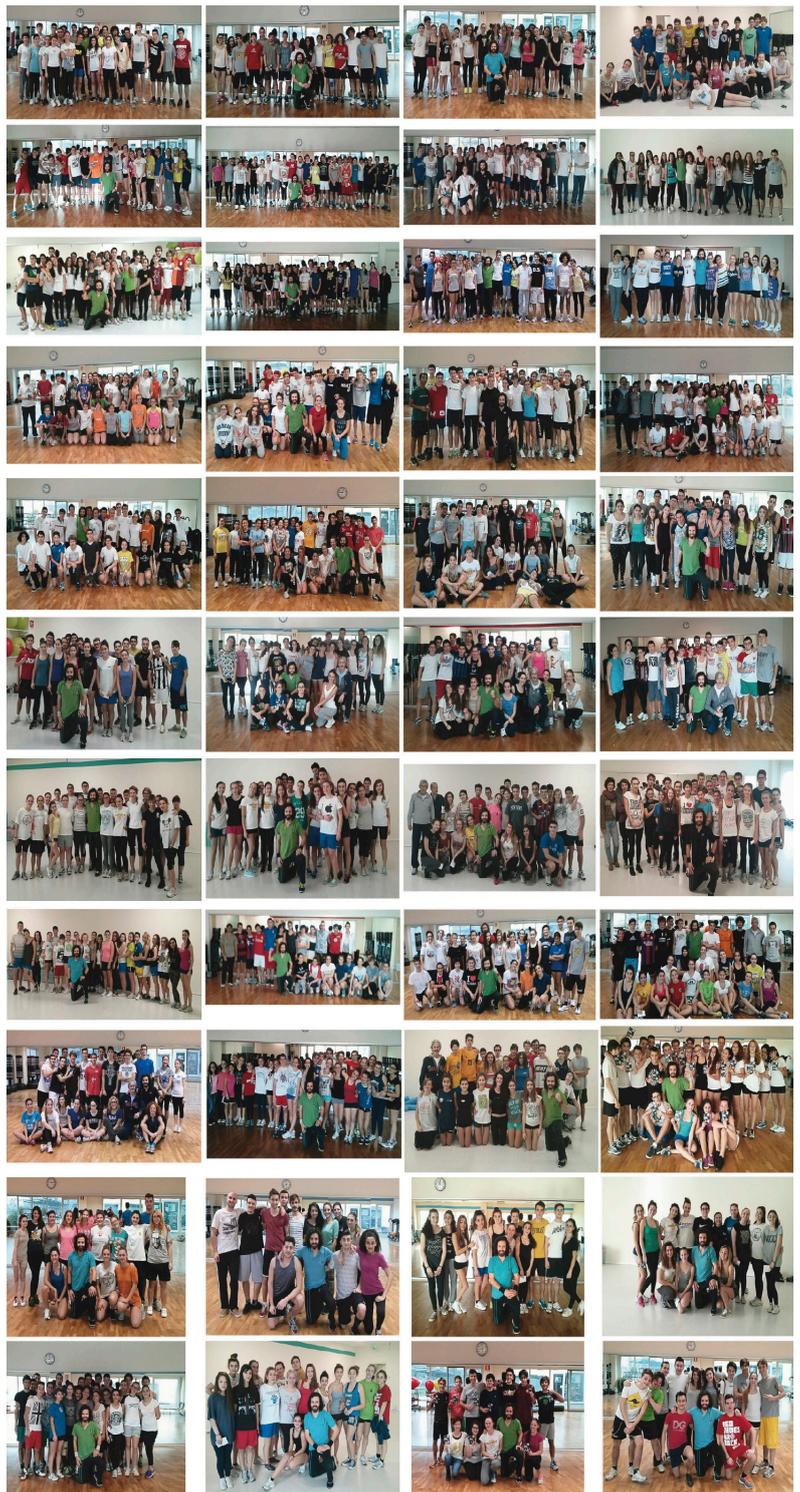
Ogni mattina per 4 ore il Sifu insegnava agli studenti delle classi che si alternavano e durante queste lezioni dava loro le basi tecniche del sistema Ving Tsun finalizzate alla difesa personale, affrontando così con i ragazzi il tema attuale dell'aggressione che ai giorni nostri purtroppo si manifesta in ogni luogo e con le modalità più disparate.

All'inizio della lezione il Maestro Emanuele introduceva ai ragazzi la storia del Ving Tsun partendo dalle origini, un'arte marziale che ha radici che risalgono a circa cinquecento anni fa.

L'efficacia della difesa personale e il combattimento sono le basi di questo grande sistema marziale, grazie a queste caratteristiche tutti gli studenti

*segue nella prossima pagina*

*A destra: 44 classi, oltre 800 studenti hanno partecipato al corso **VINGTSUN EVTF** di Master Emanuele Ciccarelli.*



continua da pagina 1

hanno visto la vera utilità seppur frequentando anche una sola lezione con Master Emanuele che ha trasmesso loro piccoli consigli pratici immediatamente applicabili senza necessariamente dover essere grandi esperti marziali.

La storia narra che il Ving Tsun sia stato inventato da una donna, basato su principi che non contrastano la forza fisica bensì l'assecondano, permettendo così a chiunque di apprendere tecniche efficaci per la propria sicurezza. Questa citazione ha incoraggiato le studentesse suscitando così maggiore interesse da parte loro verso questo stile che normalmente si pensa, erroneamente, che sia più adatto agli uomini. Il Ving Tsun si è diffuso in tutto il mondo grazie a Grand Master Ip Man, nato vicino ad Hong Kong nel 1893.

I ragazzi e le ragazze si sono da subito appassionati, applicandosi con grande partecipazione ed attenzione. Anche coloro che già praticano altre discipline marziali e sport da combattimento si sono dimostrati molto interessati.

Il Master è riuscito ad instaurare con tutti un dialogo proficuo, riuscendo a dare risposta ad ogni domanda sottoposta specialmente incentrata sull'argomento così presente quotidianamente nei fatti di cronaca che è quello delle aggressioni fisiche.

In effetti oggi giorno i ragazzi si trovano ad affrontare sia all'interno delle scuole sia per le strade una realtà più difficile da gestire. Un ulteriore problema che negli ultimi anni purtroppo si riscontra all'interno delle scuole è il bullismo. A questo proposito oltre alla parte pratica marziale il Sifu durante le lezioni ha introdotto un argomento molto interessante: il "Body Language". Atteggiamenti del corpo ed espressioni del viso, gesti da evitare per non attirare attenzione da parte di qualsiasi malintenzionato, insomma tutto ciò che sarebbe opportuno conoscere per evitare l'ultima spiacevole fase che si esplicita nell'aggressione fisica.

Il Master ha voluto dimostrare a tutti gli alunni che le basi del Ving Tsun possono servire ed aiutare chiunque indistintamente, non occorrono caratteristiche atletiche e preparazioni particolari, bisogna solo avere più fiducia



Sifu Emanuele Ciccarelli con alcuni professori dei licei.

in sé stessi ed affrontare serenamente la pratica.

I professori che sono stati promotori nel richiedere questo progetto al Campus Aquae sono stati così entusiasti della metodologia di insegnamento di Ciccarelli che alla fine della fase programmata hanno richiesto che venisse subito organizzata una seconda fase che durasse quanto la prima in modo che i ragazzi apprendessero meglio i principi. Ciò è accaduto anche grazie al grande interesse dimostrato e quindi a grande richiesta da parte degli alunni stessi.

Uno degli obiettivi principali di questo programma è stata la difesa personale rivolta alle studentesse e già diverse ragazze si sono iscritte al corso che il Master tiene presso il centro Campus Aquae tutti i martedì ed i giovedì dalle 21 alle 22.

Essendo purtroppo così attuale la violenza contro le donne, l'argomento delle lezioni ha suscitato enorme interesse specialmente per l'efficacia delle tecniche dirette ai punti deboli. È stato ampiamente dimostrato che mediante il Ving Tsun si è in grado di risolvere spiacevoli situazioni di aggressione generate anche da parte di persone molto più prestanti fisicamente, nel minor tempo possibile.

Varie tecniche sono state trasmesse agli allievi, pur rimanendo ad un livello base del sistema. I ragazzi hanno avuto modo di sperimentare come liberarsi da varie prese ai polsi, al collo, alle braccia, potendo verificare tra di loro le diverse possibilità.

Il Master ha inoltre spiegato in modo dettagliato come funzionano i principi per potersi liberare da queste situazioni in cui non si ha tempo di pensare ma solo quello per reagire, usando non solo tecnica ma anche una buona dose di reazione esplosiva per poter prendere in contropiede l'aggressore.

I ringraziamenti vanno ai responsabili fitness del Campus Aquae che hanno organizzato il planning del progetto, Cosimo Maravita e Giovanni Cucchi; Il Campus Aquae; i Professori del liceo Taramelli Alberto Colli, Sergio Zilio, i professori del Liceo Volta e Cairoli e non ultimi tutti gli studenti che hanno partecipato.

Sifu Emanuele ha gestito in maniera professionale ed efficace questa meravigliosa esperienza di insegnare ad oltre 800 studenti di diverse età e corporatura in un periodo molto breve, mantenendo l'attenzione sempre ai massimi livelli.

EVTF insieme a Sifu Ciccarelli spera di poter rifare altre lezioni a tutti gli studenti che hanno partecipato ma anche ai nuovi ragazzi e alle nuove scuole che aderiranno il prossimo anno scolastico a questo meraviglioso progetto. ■