

## INFORMAZIONI PERSONALI

	Tel.	+39 380 32 28 680
	Mail:	<a href="mailto:dr.lusta@ymail.com">dr.lusta@ymail.com</a>
	Nato il	12/03/55
	Luogo	Castellino del Biferno (CB)
	Nazionalità:	Italiana
	Residenza:	Strada Maiole 4 – 10024 Moncalieri (TO)
	Professione:	Osteopata/ Chinesiologo-Operatore DBN – Master in Medicina legale – Master in Agopuntura
	Mail lavoro:	<a href="mailto:luigi.stanziano@osteoinesi.it">luigi.stanziano@osteoinesi.it</a>
	Karate-Do / Gojuryu	Hachi Dan (UISP Italy) – Shihan Hachi Dan (Libertas Italy) Nana Dan (SEIWAKAI Japan) – Kyoshi Roku Dan (JKF Gojukai- JapanKarateDoFederation) - Renshi
	Mail Karate	<a href="mailto:gojukan.italia@yahoo.it">gojukan.italia@yahoo.it</a>
Maestro	Kobudo e Dif. personale	

### Breve biografia discorsiva

**Decido di rendere pubblico il mio curriculum perché la vita è una e ritengo che bisogna far conoscere le varie esperienze acquisite nel tempo, sapendo che è l'unica garanzia da dare a chi ha bisogno di un consiglio, di un trattamento Osteopatico, o di un Allenamento personalizzato oppure a chi si affida per un corso di Karate-Do, o ad un corso di Difesa Personale. Sono una persona pragmatica, e la risposta è attraverso il percorso di studi universitari certificati da Lauree e Master dedicati esclusivamente alla conoscenza dell'essere umano. Inoltre la mia pratica nel Karate-Do (attualmente 47 anni), si è sviluppata in varie parti del mondo, certificata da gradi e titoli acquisiti da organizzazioni nazionali e internazionali.**

### IL CURRICULUM EVITA SCELTE SBAGLIATE O PEGGIO "DANNOSE"

Mi chiamo Luigi Stanziano, nato nel 1955, originario di Castellino del Biferno, un piccolo paesino del Molise, nonostante il percorso di studi rigido e formale quale Laurea in Scienze Motorie, Laurea in Scienze e tecniche dell'allenamento, percorso di Osteopatia, Master in Medicina legale, Master in Agopuntura e vari post graduate. La maggior parte delle mie esperienze sono caratterizzate da alcuni elementi imprescindibili, dalla qualità indiscussa dell'aspetto psicofisico al continuo movimento volto ad una pratica salutare, da una impostazione basata su valori che formano l'individuo contemporaneo, con rispetto, di facile fruizione per diverse categorie di praticanti. Altre caratteristiche importanti sono la capacità di aggregazione che rispecchia un flusso di coscienza e la profonda presente rappresentazione umana del significato delle parole. Elementi, tutti, che nascono spontanei perché insiti nell'animo di chi scrive. Solo conoscendomi e praticandomi si può capire la finissima ragnatela che stranamente non intrappola ma libera il significato delle mie parole.

## Curriculum vitae et studiorum

Sono una persona che **conosce il corpo umano e il Gojuryu Karate-Do.**

Insegno, in diversi ambiti (e continuo a studiare nonostante l'età e le lauree).

Adoro la musica selezionata anche quando tutti dicono che è lagnosa o al contrario rumorosa, adoro leggere di tutto, ma sono sempre su testi scolastici, mi piace raccogliere le cose per strada nei numerosi viaggi e alla faccia di chi dice vintage e poi va in negozio a comprare.

Mi piace la tristezza perché paradossalmente mi fa sentire vivo.

Il mio segno zodiacale mi dà tanto lavoro .. (pesci) .. Sono a favore di un mondo più giusto e del rispetto della gente .. sono contro gli sprechi sia di voce, di cibo, di risorse, di denaro .. mi piace far ridere la gente e penso che l'amicizia vera quando arriva, è bella comunque.

“Adoro, in maniera maniacale, il silenzio e i momenti di solitudine, riesco a restare in silenzio per ore anche con chi mi è accanto e so che comunque è stata una bella conversazione; (ma sono anche molto chiacchieroso, quando ci vuole).

### VIAGGI

**ASIA:** Giappone-Vietnam-Birmania-Tailandia-Indonesia-Cina-SriLanka-India-Russia

**MEDIO ORIENTE:** Giordania-Oman-Emirati Arabi-Turchia

**AFRICA:** Tunisia-Marocco-Zambia-Zimbabwe-Botswana-Sud Africa

**EUROPA:** Italia-Grecia-Malta-Svizzera-Germania-Francia-Spagna-Portogallo-Belgio-Olanda-Inghilterra-Lituania-Svezia-Norvegia - Danimarca-Slovenia-Ungheria-Croazia

**SUD AMERICA:** Argentina-Cile-Brasile-Ecuador e Galapagos-Colombia-Venezuela-

**CENTRO AMERICA:** Cuba-Santo Domingo-Guatemala-Messico

**AMERICA:** Delaware-New York-Arizona-Nevada-California

**OCEANIA:** Australia

---

### ESPERIENZA PROFESSIONALE IN QUALITÀ DI CHINESIOLOGO E OSTEOPATA

---

#### Attività di Chinesiologo e Osteopata svolta in rapporto Libero Professionale

Nov. 2012 ad oggi Libera professione come Chinesiologo/Osteopata presso il proprio studio privato in Torino 10134 c.so Giambone 41

---

### FORMAZIONE UNIVERSITARIA E POST UNIVERSITARIA

---

14 mar 2008 **Laurea in SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE**

Facoltà di Medicina e Chirurgia - SUISM Torino, Scienze delle Attività Motorie e Sportive (interfacoltà)

**Titolo Tesi** Come modificare le tecniche di difesa personale nei confronti di soggetti resi violenti dall'uso di sostanze d'abuso.

27 mar 2012 **Laurea in SCIENZE E TECNICHE DELLO SPORT E DELL'ALLENAMENTO**

Facoltà di Medicina e Chirurgia - SUISM Torino, Scienze delle Attività Motorie e Sportive (interfacoltà)

**Titolo Tesi** Sviluppo psichico e neuromuscolare nelle arti marziali tramite la respirazione

15 mar 2014 **Tecnico Back School**

Back School, Cusano Milanino (MI)

10 mag 2015 **Osteopathic manual therapy**

Fisiomedic Academy, Seregno (MI)

10 dic 2016 **Osteopata**

La Glia, centro di formazione integrata – Desenzano del Garda (BS)

30 ott 2020 **Master in Medicina Legale**

Salerno formazione

14 lug 2021 **Master in Agopuntura**

**LAUREA TRIENNALE in Scienze Motorie e Sportive, percorso di studi :**

**Mediche:**

Evoluzione Biologica	Anatomia Umana	Igiene
Fisiologia Umana	Medicina dello Sport	Farmacologia
Medicina Fisica e Riabilitativa	Chinesiologia	Biochimica

**Movimento:**

Antropologia	Teoria e Metodologia del Movimento Umano	Teoria Tecnica e Didattica dell'Attività Motoria
Scienze della Muscolazione	Tecniche del Massaggio Sportivo	

**Sport:**

Storia dell'Educazione Fisica	Teoria Tecnica e Didattica degli Sport Individuali	Teoria Tecnica e Didattica degli Sport di Squadra
Teoria Tecnica e Didattica degli Sport Natatori	T.T.D. dell'attività motoria e sportiva adattata	Salute e terza età
Didattica generale	Sperimentazione didattica	Diritto Privato e Diritto Amministrativo dello Sport

**Educative:**

Pedagogia Generale	Pedagogia speciale
Psicologia Generale	Psicologia dello sviluppo

**Complementari:**

Fisica	Informatica generale	Lingua Inglese
--------	----------------------	----------------

**LAUREA MAGISTRALE in Scienze e Tecniche dello Sport e dell'Allenamento, percorso di studi:**

**Mediche:**

Igiene generale e applicata	Fisiologia applicata allo sport
Farmacologia (sportiva)	Chinesiologia applicata

**Movimento:**

Metodologia della prestazione	Ri-atletismo, abilitazione funzionale sportiva	Tecnica dello sport
-------------------------------	--	---------------------

**Tecnologia:**

Statistica	Metodologia della ricerca
Valutazione delle tecnologie applicate allo sport	Bioingegneria elettronica e informatica

**Sociali:**

Sociologia dei processi culturali e comunicativi	Diritto dell'Unione Europea
Filosofia morale	Psicologia del lavoro e delle organizzazioni (tecnica di allenamento mentale)

**Osteopatia, percorso di studi:**

Il Bacino	Il Sacro
Rachide Lombare	Il Piede
Anca	Il Rachide Dorsale
Il Rachide Cervicale	Arto Superiore
Viscerale	Cranio Sacrale
Neuro Vegetativo	Tape neuro muscolare
Osteopatia Olistica	Osteopatia Pediatrica

## POST GRADUATE:

01 apr 2017	<b>Osteopatia Neuro-Vegetativa</b> La Glia, centro di formazione integrata – Desenzano del Garda (BS)
11 feb 2018	<b>Taping neuromuscolare</b> La Glia, centro di formazione integrata – Desenzano del Garda (BS)
14 set 2018	<b>Operatore tecniche osteopatiche olistiche</b> AGENFOR Lombardia
1/2/3 feb 2019	<b>Osteopatia Pediatrica I°liv</b> META Osteopatia – Roma
Giu 2019	<b>Aquisizione Certificazione 24 CFU formativi</b> Università degli studi di Torino
21/22/23 mag 2021	<b>Osteopatia Pediatrica II°liv</b> META Osteopatia – Roma
12 ott 2024	<b>Corso di approfondimento</b> sull'interpretazione degli esami di laboratorio nella pratica clinica osteopatica (Aimo) Saronno

---

## CONVEGNI E SEMINARI

---

12 dic 2009	<b>Rieducazione vertebrale</b> ASD il Ginnasio, Genova
24 ott 2010	<b>Respirazione e consapevolezza</b> istituto Feldenkrais, Milano
26 mar 2011	<b>Rachide e riabilitazione multidisciplinare</b> ISICO, Milano
05 nov 2011	<b>Ipercifosi e cifosi dorsolombare in età evolutiva</b> ISICO, Milano
14 apr 2012	<b>Taping kinesiologico</b> Visio Care, Rivarolo (TO)
17 nov 2012	<b>Trattamento ginnastico e posturale nelle algie lombari</b> Kineo di Farinato Christian, Olgiate Olona (VA)
02 feb 2013	<b>Corso I°livello Back School</b> Back School, Cusano Milanino (MI)
15 set 2013	<b>I° congresso nazionale Back School</b> Back School, Cinisello Balsamo (MI)
18-19-20 ott 2013	<b>Seminario Osteopatia su Bacino</b> , anatomia funzionale e biomeccanica Fisiomedic Academy, Seregno (MI)
10-11-12 gen 2014	<b>Seminario Osteopatia su Sacro</b> , anatomia funzionale Fisiomedic Academy, Seregno (MI)
21-22-23 feb 2014	<b>Seminario Osteopatia su Rachide lombare</b> , Fisiologia globale e fisiologia intervertebrale e biomeccanica

	Fisiomedic Academy, Seregno (MI)
22 mar 2014	<b>Corso II°livello Back School</b> Back School, Cusano Milanino (MI)
28-29-30 mar 2014	<b>Seminario Osteopatia su Rachide dorsale</b> , Fisiologia globale e fisiologia intervertebrale e biomeccanica - Fisiomedic Academy, Seregno (MI)
09-10-11 mag 2014	<b>Seminario Osteopatia su Piede</b> , Cenni di anatomia funzionale e biomeccanica Fisiomedic Academy, Seregno (MI)
08 set 2014	<b>Body Adjustment Osteopaty</b> Body Adjustment, Wilmington (Delaware) USA
13 set 2014	<b>III° Congresso nazionale Back School</b> Back School, Assisi (PG)
09-10-11 ott 2014	<b>Seminario Osteopatia su Anca</b> , anatomia e fisiologia articolare dell'anca Fisiomedic Academy, Seregno (MI)
20-21-22 nov 2014	<b>Seminario Osteopatia su Rachide Dorsale</b> , Anatomia funzionale Fisiomedic Academy, Seregno (MI)
16-17-18 gen 2015	<b>Seminario Osteopatia su coste</b> , anatomia coste tipiche e atipiche Fisiomedic Academy, Seregno (MI)
20-21-22 feb 2015	<b>Seminario Osteopatia su Rachide cervicale</b> , Anatomia funzionale Fisiomedic Academy, Seregno (MI)
13-14-15 mar 2015	<b>Seminario Osteopatia su Cranio</b> , Fisiomedic Academy, Seregno (MI)
10-11-12 apr 2015	<b>Seminario Osteopatia su Arto superiore</b> , Anatomia funzionale Fisiomedic Academy, Seregno (MI)
22→25 ott 2015	<b>Seminario Osteopatia su Tendine centrale e mappa viscerale</b> La Glia, centro di formazione integrata – Desenzano del Garda (BS)
26→29 nov 2015	<b>Seminario Osteopatia su Esofago-Faringe-Laringe-Occipite-Sfenoide</b> La Glia, centro di formazione integrata – Desenzano del Garda (BS)
17→20 dic 2015	<b>Seminario Osteopatia su Temporale-ATM-Fegato-Stomaco-Immunologia</b> La Glia, centro di formazione integrata – Desenzano del Garda (BS)
21→24 gen 2015	<b>Seminario Osteopatia su: Duodeno-Tenue-Colon-PsicoNeurologia</b> La Glia, centro di formazione integrata – Desenzano del Garda (BS)
18→21 feb 2015	<b>Seminario Osteopatia su: Polmoni-Milza-Panceas-Nervi e Patologie craniche</b> La Glia, centro di formazione integrata – Desenzano del Garda (BS)
17→20 mar 2015	<b>Seminario Osteopatia su: Cuore-Reni-Vescica-Disfunzioni occlusali</b> La Glia, centro di formazione integrata – Desenzano del Garda (BS)
14→17 apr 2015	<b>Seminario Osteopatia su: Psiconeurologia-Psicologia-Occhio</b> La Glia, centro di formazione integrata – Desenzano del Garda (BS)
13 apr 2017	<b>IV° Congresso nazionale Back School</b> Abano Terme
10 dic 2019	<b>Federsanità Piemonte, convegno</b>

23-24 mag 2020	La prescrizione del movimento come farmaco <b>Back School “relatore sulla respirazione”</b> Aggiornamento dei sei cardini
5-6 giu 2021	<b>V° congress internazionale di agopuntura</b> Vari relatori internazionali
9 set 2023	<b>Eleona centro terapie naturali</b> Operatore di Biorisonanza
5 mag 2024	<b>FNCM federazione nazionale massoterapisti</b> Il ginocchio doloroso
12 ott 2024	AIMO accademia italiana medicina osteopatica Interpretazione degli esami di laboratorio nella clinica osteopatica

### Esperienze lavorative:

- Azienda:** \*Università di Torino SUIISM (**Professore a contratto**)  
 \*CONI – MIUR (**Tutor** scuola: Sport di classe) 2017/2018 2018/2019  
 \*Osteochinesi (**titolare** Studio di Chinesiologia e Osteopatia)  
 \*Istituto Tecnico Economico “G.B. Bodoni (**Professore**)

### Conoscenza delle lingue straniere

lingua	comprensione	parlato	scritto	ascolto	lettura	Interazione orale	Produzione orale
Inglese	A2	A2	A2	A2	A2	A2	A2

### Conoscenze informatiche

pacchetto office

[www.osteochinesi.it](http://www.osteochinesi.it)

## Attività di Gojuryu Karate-Do – Difesa personale e Kobudo

*Più praticavo e più mi rendevo conto che insegnare Karate-Do necessitava di conoscenza profonda del corpo umano, unica strada per non provocare problemi ai vari studenti di diverse età era quello di iscrivermi all'università.* Pratico Karate-do dal 1978. Inizio a Torino con il M° Sugiyama poi dopo circa un anno, per questione di comodità vado a Moncalieri seguendo un Maestro di nome Tadao Nomachi (in Italia da quando aveva 20 anni di età, insegnava Shotokan alle cinture bianche da Sugiyama), purtroppo da neofita non potevo sapere il grado di preparazione di questo Maestro, (essendo noi Italiani convinti che basta nascere in Giappone per essere un grande Maestro...!) l'insegnamento si basava essenzialmente su: Kihon, Kihon-ido e qualche Kata, addirittura sino al 1993, anno in cui presi il primo Dan Shurenkan e feci la conoscenza della scuola d'origine che stavamo parzialmente praticando: il "Goju-ryu del M° Yamaguchi". Nel 1993 il M° Nomachi si recò in Giappone (ricordo che andava ogni 5 anni circa) e in quella sede venne quasi obbligato (dal Saiko Shihan Goshi Yamaguchi) ad aiutare lo Shihan Barbin (allora responsabile Italiano) e quindi a far conoscere la scuola anche a noi, suoi allievi. Logicamente per me fu un vero shock, già dai primi stage con Barbin, il programma della scuola fu per noi una grossa scoperta; era vastissimo e noi ne conoscevamo solo pochi dettagli. Nonostante avessi già 16 anni di pratica, la voglia di fare, la curiosità del nuovo, la passione e la voglia di recuperare il tempo perduto fece sì che l'impegno quadruplicasse e da quel momento iniziò una vera fase di crescita insieme ai primi riconoscimenti.

**Nonostante tutto, attualmente la strada continua ancora verso la profonda conoscenza del "DO"**

Sito web: [www.gojuryu.it](http://www.gojuryu.it)

**Incarichi attuali:**

Responsabile, coordinatore nazionale Gojuryu UISP

Componente della Commissione Tecnica Nazionale Settore Karate Goju-Ryu Libertas

Presidente in Italia della federazione giapponese JKF Gojukai (Japan Karatedo Federation) 全日本空手道連盟剛柔会

Presidente in Italia dell'Associazione mondiale "SEIWAKAI"

Tecnico internazionale Gojuryu Karate-Do

Tecnico Gojukan a: (Torino (via Palma di Cesnola / via Santa Giulia e strada Marsè 41 Moncalieri)

## Qualifiche e gradi

*Fino al 1994 il “DO” solo nel Dojo Shurenkan, dall’avvento del seminario di Goshi Yamaguchi in Italia nel 1994, dopo 16 anni di pratica iniziano i riconoscimenti in diverse organizzazioni tramite esami:*

<b>1995</b>	<b>FITAK</b> Acquisizione del grado di 1° Dan
<b>1995</b>	<b>SHURENKAN</b> (esame in AICS) Acquisizione del grado di 2° Dan
<b>1996</b>	<b>FILPJK</b> Qualifica di “Insegnante Tecnico” categoria Allenatore - <b>esame</b> al centro Olimpico di Ostia
<b>1996</b>	<b>I.K.G.A.</b> Acquisizione del grado di “SHO” Dan - <b>esame</b> (Rimini)
<b>1997</b>	<b>FILPJK</b> Acquisizione del grado di 2° Dan
<b>1997</b>	<b>FILPJK</b> Qualifica di “Arbitro” terza categoria
<b>1997</b>	<b>C.O.N.I.</b> Qualifica di “Istruttore” Centri Avviamento allo Sport
<b>1998</b>	<b>SHURENKAN</b> (esame in AICS) Acquisizione del grado di 3° Dan
<b>1998</b>	<b>I.K.G.A.</b> Acquisizione del grado di “NI” Dan ( <b>stage in Olanda</b> ) commissione internazionale capeggiata dal Saiko Shihan Goshi Yamaguchi.
<b>2000</b>	<b>FIJLKAM</b> Acquisizione del grado di 3° Dan (corso di specializzazione a Rimini)
<b>2000</b>	RYUKONKAI inizio percorso di Kobudo
<b>2001</b>	<b>I.K.G.A.</b> Acquisizione del grado di “SAN” Dan ( <b>stage in Grecia</b> ) commissione internazionale capeggiata dal Saiko Shihan Goshi Yamaguchi
<b>2001</b>	<b>I.K.G.A.</b> Acquisizione qualifica di “Shidoïn (Sensei) ( <b>stage in Grecia</b> )
<b>2001</b>	<b>M.G.A.</b> Qualifica di “Istruttore di difesa personale “
<b>2002</b>	<b>FIJLKAM</b> Qualifica di “Istruttore di Karate” centro Olimpico di Ostia dal 01 al 07 luglio
<b>2002</b>	<b>SHURENKAN</b> Acquisizione del grado di 4° Dan
<b>2004</b>	<b>FIJLKAM</b> Acquisizione del 4° Dan - centro Olimpico di Ostia
<b>2004</b>	<b>CATI / SWAT</b> (Dif. Personale) Roma, esame su Tecniche di immobilizzazione tattica
<b>2005</b>	<b>I.K.G.A.</b> Acquisizione del grado di “YON” Dan ( <b>stage in Germania</b> ) commissione internazionale capeggiata da Saiko Shihan Goshi Yamaguchi
<b>2006</b>	<b>I.K.G.A.</b> Acquisizione della qualifica di “Yokyo (aiuto Shihan) ( <b>stage in Germania</b> )
<b>2006</b>	<b>ADO UISP</b> Acquisizione del grado di “Go Dan”
<b>2007</b>	<b>A.I.E.K.</b> Acquisizione del grado di “Roku Dan”
<b>2007</b>	<b>RYUKONKAI</b> Acquisizione del grado di Sho Dan Kobudo - <b>esame</b> capeggiato dal Sensei Oscar Higa
<b>2008</b>	<b>ADO UISP</b> Ottobre, conferma del grado di “ROKU” Dan
<b>2008</b>	<b>FIJLKAM</b> Qualifica di “Maestro” - <b>esame</b> al centro Olimpico di Ostia dal 29 set al 4 ott
<b>2009</b>	<b>SEIWAKAI e JKF</b> (Japan Karate-Do Federation) inizio percorso
<b>2010</b>	<b>M.G.A.</b> Ottobre, acquisizione qualifica 3° livello
<b>2011</b>	<b>A.I.E.K.</b> Giugno, Acquisizione del grado di “NANA” Dan – <b>esame</b> commissione internazionale
<b>2011</b>	<b>A.I.E.K.</b> Giugno, Qualifica di “SHIHAN” - commissione internazionale
<b>2012</b>	<b>ADO UISP</b> Novembre, Modena. Riconoscimento grado “NANA” Dan
<b>2015</b>	<b>SEIWAKAI</b> Luglio, Omagari (Giappone) <b>esame</b> verifica “GO Dan” (massimo esame di verifica)
<b>2015</b>	<b>JKF</b> Luglio, Oita (Giappone) <b>esame</b> verifica - “GO Dan” (massimo esame di verifica)
<b>2017</b>	<b>SEIWAKAI</b> Luglio, Omagari (Giappone) <b>esame</b> attribuito “ROKU Dan”
<b>2019</b>	<b>ADO UISP</b> Novembre, Modena. Attribuito grado “HACHI” Dan
<b>2020</b>	<b>SEIWAKAI</b> Febbraio, Fujiwara Shihan mi assegna il titolo di “Kyoshi”
<b>2022</b>	<b>SEIWAKAI</b> Ottobre, Londra esame con attribuzione di “NANA Dan” commissione composta da: Paul Coleman – Abel Figueredo, Seiichi Fujiwara, Rastislav Mratz



<b>2022</b>	<b>ADO UISP</b> Attribuzione titolo di Shihan
<b>2023</b>	<b>JKF</b> Agosto, Osaka esame con attribuzione di “ROKU Dan” commissione composta da 10 Shihan
<b>2024</b>	SHINBUKAN Febbraio, Roma esame con attribuzione di “SHO Dan”
<b>2024</b>	<b>JKF</b> Ottobre, Attribuzione del titolo di “RENSHI”

Come vedete i vari riconoscimenti viaggiano ognuno per proprio conto; ogni organizzazione gestisce gradi e titoli in modo differente e autonomo.

L'importante è la pratica, il resto prima o poi viene da se....

## **Esperienze dal 1980 in poi**

### **1978-1988      *Atleta, Shu ren kan***

*Inizio pratica. Purtroppo, Nomachi era un secondo Dan, con solo un anno di pratica di Karate in Giappone, quindi, l'unico insegnamento che abbiamo ricevuto era la base. Da notare che in quel periodo, nel Dojo vi era un numero esiguo di atleti, circa una trentina, tra bambini, ragazzi, adulti.*

### **1988-1993      *Aiuto di Nomachi, (riguardo anche la gestione completa del Dojo)***

*Con questo incarico, inizia una fase di crescita. Concentrato sulla organizzazione della palestra, il numero degli allievi aumenta di quasi tre volte.*

### **1993-1999      *Allenatore in seconda, Shu ren kan***

*Regolari allenamenti concreti al di fuori della palestra, quindi la conoscenza della scuola, fa sì che l'impegno diventi esponenziale e dopo l'acquisizione della qualifica di allenatore, Nomachi, deve gioco forza, darmi delega sugli allenamenti. Qui, il programma I.K.G.A. pian piano viene messo in pratica (comunque con difficoltà per l'ostruzionismo da parte di Nomachi) e le lezioni vengono suddivise in tre scaglioni:*

*Allenamento bambini, dove si inizia a prendere in considerazione la fase di crescita, quindi il modo di allenare differenziato, con esercizi mirati allo sviluppo psicomotorio.*

*Allenamento ragazzi, qui la concentrazione è massima, il lavoro è impostato sulla competizione, vediamo anche dei risultati a livello Nazionale.*

*Allenamento adulti, anche qui si lavora in modo costruttivo, insegnamento mirato soprattutto al tradizionale.*

*Comunque i tre gruppi risultano omogenei e numerosi.*

### **1999-200x      *Insegnante Tecnico, Goju-kan***

*Fine 1999 la svolta, la decisione di fare una mia esperienza con dei nuovi corsi, spinto anche dal fatto che non vedevo più crescita in nessun allievo, dovuto sempre al motivo della mentalità arretrata di Nomachi dove qualsiasi decisione, buona o cattiva, doveva essere assolutamente sua.*

*Quindi apro un nuovo corso verso la fine del 1999 a Santena presso la palestra Body Planet; e dopo un anno e mezzo ne apro un'altro a Nichelino presso la palestra della scuola Sangone.*

*A Settembre 2002, raggiungo i 45 atleti, con risultati soddisfacenti sia sportivi che tradizionali.*

*Settembre 2003, apro ancora un corso nuovo a Rivoli*

*Cerco di diffondere sempre di più questa bellissima arte denominata:*

## **GOJU-RYU KARATE-DO.**

*2002, mi accingo ad entrare in UISP, il motivo era semplicemente far partecipare i bambini, ma mi accorgo che anche gli adulti non agonisti, si divertono a fare alcune competizioni.*

*Il presidente regionale ADO, Domenico Garone mi propone uno stage con ospiti Internazionali di vari stili a Savona da me diretto (riguardo il mio stile), dopodiché, sondato le opinioni, il mese successivo mi propone la responsabilità nazionale per il Goju-ryu.*

*Voi sapete il mio obiettivo, quindi accetto volentieri.*

*Nel Giugno 2003 il giorno prima dei campionati nazionali che si svolgono a Strambino, indico uno stage di stile con ospiti, un gruppo Campano, capitanati dal Maestro Raucci e alla fine del mese di Giugno, ripeto lo stage a Savona con la conferma dei precedenti, più nuovi istruttori.*

Luglio 2003 organizzo il seminario internazionale IKGA a Courmayeur, un successo che ancora oggi viene ricordato da tutti i partecipanti.

*Il 30 Agosto vado a Napoli su invito del gruppo Campano per fare uno stage.*

*Novembre, ulteriore stage Nazionale UISP a Modena.*

*21 e 22 Marzo 2004 vengo nuovamente invitato a indire uno stage a Napoli.*

*04 Aprile ai regionali FIJLKAM su cinque atleti, facciamo tre primi posti e due terzi posti.*

*12 e 13 Giugno 2004 allo stage di Savona, promuovo insieme alla commissione n° 3 istruttori Goju-ryu: Brianti Matteo, Durante Vincenzo, Fiore Claudio.*

*12-13-14 Settembre, Stage tradizionale FIJLKAM a Follonica, insieme ai Maestri: Evangelista, Lupatin, Morandi, e il sottoscritto, stiliamo ufficialmente il programma Goju-ryu per il quadriennio olimpico 2005-2008 e lo diffondiamo con servizi sul bimensile "Karate Events".*

*2004 mi iscrivo alla facoltà di Scienze motorie per soddisfare maggiormente la conoscenza del movimento umano.*

*2005, vengo incaricato come responsabile regionale di stile in FIJLKAM, fine novembre facciamo uno stage interstile con i responsabili Shitoryu e Shotokan.*

---

## **Difesa Personale    Corsi svolti:**

**SUISM** anni d'argento (1° anno 30 iscritti, 2° anno 80 iscritti, 3° anno 150 iscritti).

**Dojo Gojukan (Rivoli)**

**Liceo Darwin (Rivoli)** corso di difesa personale femminile

**Liceo Passoni (Torino)** corso di difesa personale femminile

**Liceo Berti (Torino)** corso di difesa personale femminile

**Scuola Maria Mazzarello (Torino)** corso di difesa personale femminile

**Dojo Gojukan** (p.za S.Giulia 7L – Torino) corso di difesa personale femminile

**Dojo Gojukan** (via Palma di Cesnola 38 – Torino) corso di difesa personale femminile

**FINALITÀ:**

Conoscenza di sé e delle proprie possibilità di reazione, accrescere la consapevolezza delle proprie potenzialità fisiche in un'ottica sul miglioramento dell'autostima.

Perché è importante difendersi: come e quando farlo, saper gestire o evitare un'aggressione, fornendo i principi di base della difesa personale per dare la possibilità di prevenire situazioni di rischio e di poter uscire il più rapidamente possibile da tali situazioni.

Come sviluppare la percezione del pericolo, acquisire la conoscenza utile per risolvere in modo non cruento situazioni di pericolo per l'incolumità personale e per prevenire tali situazioni.

Come imparare l'atteggiamento mentale, verbale e infine i fondamentali della difesa.

Come riconoscere le situazioni di rischio per agire adeguatamente, basandosi sulla tecnica e non sulla forza.

## OBBIETTIVI

- Come attivare la capacità propria di saper gestire o evitare una disputa.
- Imparare prima a valutare il soggetto da cui ci si deve difendere.
- Capire i punti deboli e i punti forti dell'aggressore
- Prendere coscienza delle strategie utilizzate dall'aggressore per avvicinarsi alla vittima.
- Le ragazze devono prendere coscienza della pericolosità del loro comportamento che le espone ad un elevato numero di rischi.
- Come mantenere la calma e smorzare i toni.
- Come essere in grado di cadere con sicurezza in avanti, all'indietro e di lato senza farsi male.
- Importanza della giusta precisione e la combinazione di velocità e forza.
- Come capire quali sono le possibili vie di fuga e le zone di salvezza.
- Avere la consapevolezza che nella realtà è tutto più difficile. L' intento è di dimostrare che è possibile contrastare la violenza con un atteggiamento mentale e verbale giusto, controllando la propria emotività e imparando alcune tecniche.

Torino, 16/02/2025

In Fede

Luigi Stanziano - Kyoshi

