

## Il marzo del CSK Busto si tinge di rosa

**Pubblicato:** Lunedì 7 Marzo 2016



Al **Centro Studi Karate (Csk)** di Busto Arsizio, il mese di **marzo si tinge di rosa** con iniziative importanti, che hanno preso il via ieri mattina, domenica 6 marzo, al Palazzetto dello Sport “Bruno Bisterzo” con il **Trofeo Karate Donna-Memorial Donatella Luraghi**, gara nazionale che ha visto la partecipazione di 150 atlete provenienti da Lombardia, Piemonte, Veneto, Toscana ed Emilia Romagna.

Organizzato **per la prima volta nel 1989** dal direttore tecnico del CSK, Paolo Busacca, è un’iniziativa legata da sempre a UISP (Unione Italiana Sport per Tutti – EPS). Giunto alla sua 17esima edizione, da alcuni anni è anche occasione per **ricordare Donatella Luraghi**, moglie del vicepresidente Maurizio Boselli, scomparsa qualche anno fa, attraverso la **raccolta fondi in favore di AIRC** (Associazione Italiana per la Ricerca sul Cancro) e, da quest’anno, anche al **Comitato Maria Letizia Verga** per lo studio e la cura della Leucemia del Bambino.

Il Comitato nacque nel 1979 su iniziativa dei genitori di Maria Letizia, una bimba **scomparsa per leucemia a soli quattro anni**. Lo scopo principale è migliorare lo studio e la cura della malattia. Scopo che tanti genitori cercano di raggiungere diventando più attivi sul territorio, con la creazione di associazioni “mani”, come quella degli Amici Maria Letizia Verga, con sede a **Sumirago**, fondata nel 2005 da due coppie, Vivianka Prodan e suo marito Giovanni Napoli insieme a Stefania Ladelfa e Alessandro Costalonga.

Per quanto riguarda le **altre iniziative promosse dal CSK**, la novità di quest’anno sarà il “Seminario sulla negoziazione nell’ambito della sicurezza personale: aspetti tecnici e sperimentazioni pratiche” che

si terrà **sabato 19 marzo** nella palestra delle scuole elementari in via Pieve di Cadore, 18 a Busto Arsizio, alle ore 15.00. Invece, i **corsi di difesa**, ai quali potranno partecipare ragazze a partire da 16 anni, si terranno da lunedì 7 marzo a lunedì 4 aprile.

Ma il CSK non si ferma qui, **tiene alle “sue” donne tutto l’anno**, non solo in questo particolare mese, e sono proprio loro a raccontarlo, dando piccoli consigli preziosi alle donne di tutte le età che vogliono stare in compagnia, ma anche sentirsi al sicuro da sole.

**Nadia Lomazzo**, associata dal 2007, consiglia a tutte le donne di fare Karate «perché dà sicurezza, aiuta a cercare di difendersi se ci si dovesse trovare in una situazione di pericolo e dà forza interiore».

Invece, per il **gruppo delle “Evergreen”**, composto dalle signore più anziane del CSK, Lionella e Marinella Airoidi, Sara Fotia e Gabriella Coerezza, «questo sport aiuta principalmente a tenere allenata la memoria, a coordinare i movimenti e a mantenersi giovani».

di [Yelena Apebe](#)