

VareseNews

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 Costalunga.

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 Airoldi, 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