

## Un bronzo... d'oro

Si sono svolti a Brema, in Germania, dal 5 al 9 novembre, i Campionati del mondo di karate. Nella competizione a squadre kata (sequenze composte da gesti formalizzati e codificati che simulano un combattimento contro avversari immaginari) le poliziotte Sara Battaglia, Viviana Bottaro e Michela Pezzetti si sono aggiudicate la medaglia di bronzo. Dopo l'argento agli Europei, le ragazze hanno accettato di intraprendere un percorso nuovo, specialmente nello studio del bunkai (un'applicazione del kata) dove avevano mostrato di essere più vulnerabili. «Un'estate di allenamenti durante la quale, io e le mie compagne abbiamo fatto un gran lavoro di preparazione – sottolinea Viviana Bottaro – non solo con il team della Nazionale, ma soprattutto nel quotidiano, con i tecnici delle Fiamme oro sia di karate che di altre discipline, che ci ha preparato sia fisicamente che tecnicamente e ci ha permesso di affinare le tecniche di proiezioni, cadute e leve articolari. Abbiamo fatto del nostro meglio per mostrare al mondo un esercizio marzialmente credibile e che potesse fare la differenza rispetto alle altre squadre». Arrivate ai Campionati del mondo dopo una spettacolare vittoria in Germania nella Golden League e dopo essersi messe al collo

...

Consultazione dell'intero articolo riservata agli abbonati

01/12/2014