

MAK

ADVENTURES

MAGAZINE



EDIZIONE SPECIALE 2009



MARTIAL ARTS
CAPOEIRA



SPORT KOMBAT
SANDA



ACTION SPORTS
SNOW BOARD



MARTIAL ARTS
VIET VO DAO



ESOSCENCE
QI GONG



SPORT KOMBAT
MUAY THAI



MARTIAL ARTS - KUNG FU
ALLA RICERCA DELLE ORIGINI



ACTION SPORTS

- 6** Narciso Bramini
SNOBOARD
Libertà sotto i piedi

MARTIAL ARTS

- 8** Antonio Di Salvo
KUNG FU E MAKUNDO
Muoversi e lottare come gli animali
- 12** Michele Garofalo
VOVINAM VIET VO DAO
- 15** Valdesom Teixeira
CAPOEIRA
Sul da Bahia
- 18** Luigi Guidotti
LOONG TAU GWAI JEUNG
- 22** Camillo Corvi
ARTI MARZIALI CINESI
Alla ricerca delle origini
- 24** La Croce Massimiliano
**I NUOVI GUERRIERI DELL'ARNIS
FILIPPINO**
- 27** Roberto Nurchis
PUNTERAS
La vera Savate Italiana

VOVINAM VIET VO ĐAO

testi M° Michele Garofalo

Il Vovinam Viet Vo Dao è un'arte marziale vietnamita codificata nel 1938 sulla base di antiche culture guerriere. Il nome è composto da due espressioni in lingua vietnamita che ne completano il significato. Vovinam significa l'arte marziale del Vietnam, nel senso della pratica fisica, ed è composta da tre ideogrammi differenti: il Vo, che è l'arte marziale, e i due ideogrammi che rappresentano il Vietnam. Viêt Võ Dao significa la via dell'arte marziale vietnamita, nel senso più filosofico della pratica dell'arte marziale. L'ideogramma è molto simile a quello precedente poiché vi è presente il primo dei due che rappresentano il Viet Nam, quello dell'arte marziale - il Vo - e quello che dà il significato alla parola, la via intesa come via spirituale - il Dao.

Il Dao (Tao in cinese, Dao in giapponese) segue il principio dell'Am/Duong (Yin e yang in cinese), l'equilibrio tra il negativo e il positivo ed è ciò che sta alla base di tutte le filosofie orientali, per questo compare anche nello stemma del VVD.



M° Michele Garofalo
Direttore Tecnico Nazionale



Tecnica di Calcio - M° Vittorio Cera

Le due parole Vovinam Viet-Vo-Dao quindi non vanno divise e non possono essere associate a nessun'altra arte marziale perché non esiste Viet Vo Dao che non sia Vovinam e non esiste Viet Vo Dao che si pratichi con una divisa (Vo Phuc, in vietnamita) diversa da quella azzurra.

Quindi, discipline che utilizzano il nome Viet Vo Dao con altre divise non praticano Vovinam Viet Vo Dao, ma soltanto vari stili vietnamiti (altre volte addirittura cinesi). Alcuni sono stati raggruppati sotto una stessa Federazione con il nome Viet Vo Dao ma utilizzano una divisa nera.

Il Vovinam è quindi diventato una disciplina molto completa dove è previsto l'utilizzo di numerose tecniche tra le quali ritroviamo:



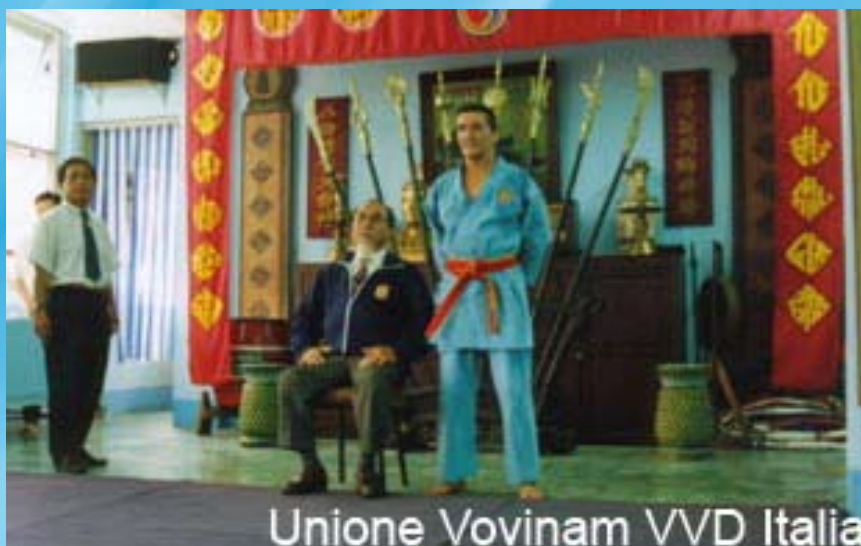
- Quyen (forme)
- Khoa Go (tecniche di chiave e leva)
- Vat (lotta tradizionale vietnamita)
- Nhu Khi (tecniche di energia interna)
- Don Chan Tan Cong (tecniche di forbice)
- Phan Don (tecniche di contrattacco)
- Chien Luoc (tecniche di combattimento)
- Dau Tu Do (combattimento libero)
- Tu Ve (Difesa Personale)
- Vu Khi (Armi tradizionali)

L'opera divulgatrice del Maestro e dei suoi collaboratori, anche grazie ad un gran numero di capaci praticanti, si estese gradatamente agli altri Paesi oggi il Vovinam Viet Vo Dao è l'arte marziale vietnamita più praticata al mondo.

UNIONE VOVINAM VIET VO DAO ITALIA

L'unione Vovinam Viet Vo Dao Italia è l'Associazione Sportiva Dilettantistica che sviluppa il Vovinam Viet Vo Dao sul territorio nazionale. L'unione nasce nel 1993 dall'intenzione di unificare tutte le scuole di Vovinam Viet Vo Dao presenti in Italia allo scopo di diffondere questa disciplina in modo uniforme ed omogeneo.

Di grande rilevanza negli ultimi anni è lo sviluppo del Vovinam Viet Vo Dao in ben sette regioni, grazie all'impegno costante profuso dall'Unione nell'organizzazione di competizioni nazionali ed europee e di stage tenuti da Maestri vietnamiti provenienti da tutto il mondo. Importantissima è anche la creazione di uno staff di insegnanti estremamente validi e competenti, che ogni anno seguono corsi di aggiornamento tecnico e professionale, sotto la direzione del Maestro Michele Garofalo (5° dang) Direttore Tecnico



Unione Vovinam VVD Italia

Nazionale. Va inoltre ricordato che il grado, il livello tecnico e la qualifica di coloro che fanno parte dell'Unione vengono riconosciuti da qualsiasi organizzazione di Vovinam Viet Vo Dao nel mondo, e in particolare dalla World Vovinam Federation, che stabilisce il programma tecnico ufficiale del Vietnam, appreso e tenuto aggiornato grazie ai numerosi viaggi nella terra d'origine di questa arte marziale.

E' infine doveroso sottolineare il fatto che l'Unione Vovinam Viet Vo Dao Italia è l'unica ad essere stata riconosciuta dal Maestro Nguyen Van Chieu (9° dang), responsabile della Federazione vietnamita, come l'Associazione ufficiale per lo sviluppo e la diffusione di questa disciplina sul territorio italiano, assegnando al Maestro Michele Garofalo la nomina di Direttore Tecnico Nazionale.