

Judo Frascati, viaggia bene l'attività brazilian jiu jitsu

L'Asd Judo Frascati ha aperto da un paio di mesi al brazilian jiu jitsu, una disciplina che nel club tuscolano conoscono bene perché l'ex atleta Alfredo Moraci (tra l'altro figlio del presidente e maestro Nicola) ha preso da qualche anno la strada di questa particolare disciplina diventando uno dei migliori interpreti nazionali. «Conosco bene Alfredo, con lui ci siamo allenati insieme a lungo – dice Daniele Proietti, attuale responsabile di questo settore a Frascati – Il fatto di dover cominciare a lavorare su questa nuova disciplina all'interno dell'Asd Judo Frascati era nell'aria da tempo e da un paio di mesi abbiamo potuto avviarla. Siamo contenti perché la risposta è stata subito importante e si è creato un buon gruppetto che porterà avanti le lezioni fino alla fine di luglio, rappresentando un'ottima base di partenza per il nuovo anno sportivo che partirà a settembre». Attualmente le lezioni si tengono il martedì presso la palestra comunale dalle 20,30 alle 22 e poi il sabato presso la palestra del Santissimo Sacramento dalle 14 alle 15,30. «Ma da settembre c'è l'idea di fare anche una terza lezione» rimarca Proietti che poi parla in maniera più approfondita del brazilian jiu jitsu. «Una disciplina che è aperta a tutti: sia a coloro che vogliono far sport per tenersi in forma, sia a quelli che vogliono farlo con un obiettivo agonistico. Nel corso dell'allenamento c'è un grande spazio per il combattimento, si tratta di sessioni intense e sicuramente c'è da sudare» dice il 43enne istruttore che, oltre ad allenare, è ancora protagonista in alcune gare Master. Recentemente ha partecipato ad una gara internazionale a Barcellona ottenendo il secondo posto nella categoria degli 82,3 kg Master 3 e difendendo i colori del Pound For Pound Team del maestro Sergio Zimmermann Canudo. Intanto nello scorso fine settimana Flavia Favorini ha partecipato a una nuova tappa della European Cup Juniores, stavolta disputata a Leibnitz (in Austria). In questo caso la promettente judoka frascatana non è riuscita ad essere protagonista assoluta, ma ha superato comunque due turni battendo l'ungherese Hegedus e la croata Kristo prima di fermarsi al cospetto della tedesca Freytag agli ottavi di finale. «Sono andata molto carica a questa gara, battendo anche un avversario importante come la Kristo. Contro la Freytag ho combattuto bene nella fase iniziale, poi non so perché mi sono fermata e l'avversaria, che e, mi ha sconfitto. Ma ora guardo già avanti, alla prossima tappa in



Infine è tutto pronto per la grande festa di sabato (9 giugno) quando il club

tuscolano del maestro Nicola Moraci metterà in scena la 42esima edizione del saggio di fine corso di judo coi consueti cambi di cintura. Si parte alle 16,30 con la lunga sfilata che dalla palestra comunale porterà i vari atleti presso piazza della Porticella davanti al parco dell'Ombrellino dove si terrà l'evento. Tempo di saggi anche per i settori della ginnastica ritmica e dell'artistica che saranno protagoniste il 17 giugno ad Ariccia. Il 29 giugno, invece, spazio all'esibizione conclusiva stagionale del settore hip hop presso il teatro di Capocroce.

[Read More](#)