



Il viaggio di ritorno da Arzachena è carico di emozioni e ricordi che lasciano un segno profondo nel cuore. Due giorni intensi, il 5 e il 6 febbraio, vissuti nella vera essenza dello sport, che hanno messo in evidenza la potenza dell'inclusione attraverso il karate. Un'esperienza che ha visto protagonista la mission dell'inclusione promossa dalla Federazione Italiana Judo Lotta Karate e Arti Marziali (Fijlkam), con il Maestro Luca Nicosanti, direttore tecnico dell'ASD veliterna Toukon Karate-Do e Responsabile del Settore Parakarate Fijlkam.

L'evento, organizzato dall'associazione Sportiva Team Karate Arzachena, con la straordinaria e il sostegno del Comitato Regionale Sardegna Settore Karate ha sortito un grande ed importante risultato rivelando quanto lo sport possa essere un veicolo di inclusione capace di abbattere barriere fisiche e mentali.

Il progetto di inclusione del Parakarate, portato avanti dalla Fijlkam, sta dimostrando in modo tangibile come il karate possa diventare un linguaggio universale per unire persone con disabilità e non. L'inclusione non è solo una parola, ma una pratica quotidiana che si vive sulla pelle di chi partecipa, con determinazione e spirito di squadra.

Durante i due giorni di seminario, gli atleti e gli allenatori hanno avuto l'opportunità di sperimentare l'incredibile potenza dello sport nell'abbattere ogni barriera. Le persone e gli allievi delle scuole del territorio che hanno preso parte all'evento hanno mostrato occhi pieni di luce, simbolo di una determinazione che non conosce limiti. Il karate, con la sua disciplina e il suo rispetto, è stato il catalizzatore di questo processo di inclusione, dove ogni partecipante, indipendentemente dalle proprie difficoltà, è diventato protagonista.



Una delle esperienze più emozionanti è stata quella degli atleti della Nazionale di Parakarate, Daniele Alfonsi anche lui del Toukon karate-do e Federica Yakymashko che hanno raccontato la loro vita dimostrando, con le loro incredibili performance, che i limiti esistono solo nella mente. Le loro storie sono un'ispirazione per tutti, ricordando a ciascuno che non ci sono ostacoli insormontabili quando si ha la passione e la forza di volontà per superarli.

Presenza autorevole in questo progetto itinerante la Maestra Cinzia Colaiacomo, Consigliera Nazionale della Fijlkam che ha ulteriormente arricchito l'evento con la sua esperienza di atleta prima e di tecnico poi sia delle Fiamme Oro che della Nazionale Italiana sottolineando quanto sia fondamentale promuovere l'inclusione in ogni ambito dello sport. La sua presenza ha dato ulteriore valore a un'iniziativa che dimostra come lo sport, in particolare il karate, possa cambiare la vita delle persone.

Tornando a casa, il cuore di chi ha partecipato a questa esperienza è colmo di gratitudine. La certezza che lo sport sia davvero il linguaggio universale dell'inclusione è stata rafforzata dai momenti vissuti ad Arzachena. Il Maestro Luca Nicosanti, che guida con passione e dedizione il Settore Parakarate della Fijlkam, ha lanciato un invito a tutte le società sportive: "Aprite le porte del karate a tutti. Lo sport deve essere per tutti, senza barriere. Ogni persona ha il diritto di praticarlo, crescere e affermarsi, indipendentemente dalle proprie difficoltà." Un appello che sta raccogliendo sempre più consensi e che sta spingendo numerose realtà sportive a rendere il karate un'opportunità per chiunque voglia mettersi in gioco.

E questo è solo l'inizio.

[Read More](#)