

# VerbanoNews

Le news del Lago Maggiore

## Karate Donna si ferma, ma non dismette l'impegno per le donne

Damiano Franzetti · Wednesday, March 3rd, 2021

È stata una delle prime manifestazioni Uisp a pagare lo scotto della pandemia, che ha fermato all'improvviso anche la XXI edizione del **Trofeo Karate Donna**, l'anno scorso in programma proprio per l'8 marzo. Una **manifestazione dedicata alle atlete e appassionate** di karate di tutte le cinture e di tutte le età: le **iscritte andavano dai 5 ai 75 anni**, comprendendo sia i gruppi di piccoli atleti che si stanno avvicinando a questa affascinante arte marziale, sia le fantastiche donne del gruppo *Evergreen*, guidato dai docenti più esperti del **Centro Studi Karate di Busto Arsizio, uno dei fiori all'occhiello di Uisp Varese** in fatto di arti marziali. Quest'anno il CSK, con altre realtà Uisp, [parteciperà alla Corsa Rosa](#) con una cinquantina di associate.

Karate Donna è **nato nel 1989 con obiettivi ambiziosi**, come quello di promuovere il karate come attività motoria adatta anche alle donne. Ancora oggi, infatti, per raggiungere la vera parità anche nello sport è necessario prima di tutto **abbattere gli stereotipi di genere** che ancora intossicano la nostra cultura: non è detto, infatti, che per una donna, anche madre, sia più adatto uno sport diverso. Tutto sta nel **trovare la giusta misura in tutto**: orari, costi di affiliazione, ma soprattutto **l'ambiente in grado di mettere a proprio agio** anche chi si approccia alla disciplina per la prima volta.

Ecco perché, fin dai primissimi anni della sua storia, Karate Donna ha **promosso convegni e conferenze** ospitando avvocati, psicologi, forze dell'ordine e amministratori pubblici, dove è subito emerso quello che oggi, dopo vent'anni, è un dato di base: **la violenza sulle donne e i femminicidi sono la punta dell'iceberg** di un problema culturale, che pone le donne in secondo piano fin dai primi anni di vita (ricordate l'augurio di "figli maschi" che si fa ai giovani sposi? Perché non "femmine"?).

Ed ecco che la proposta "al femminile" di CSK Busto Arsizio si è **strutturata negli anni seguendo questa graduale presa di coscienza**: dai corsi di semplice **"difesa personale"**, utile per scampare a delle aggressioni occasionali da parte di sconosciuti in uno spazio aperto e non isolato, si è passati al **concetto di "sicurezza personale"**, con la proposta anche di tecniche di negoziazione, per prendere tempo e cercare di smorzare la spinta aggressiva dell'altro.

Ma non basta. Negli ultimi anni, il dato che emerge sempre più inquietante è che la **stragrande maggioranza delle violenze di genere avviene tra le mura domestiche**, ad opera di conviventi. I femminicidi sono una cronaca quasi quotidiana, e forse può essere utile cambiare prospettiva: un uomo che arriva a compiere un atto del genere può essere aiutato "prima", per evitare la violenza

---

ed educare cittadini migliori? Una **riflessione portata avanti insieme alle istituzioni** che la pandemia ha interrotto, ma che il CSK non vede l'ora di poter riprendere.

**SPECIALE UISP** – Tutti gli articoli su VareseNews

This entry was posted on Wednesday, March 3rd, 2021 at 8:30 am and is filed under [Sport](#)  
You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. Responses are currently closed, but you can [trackback](#) from your own site.