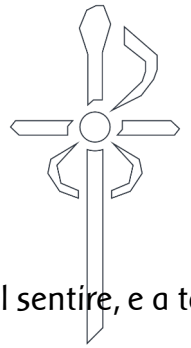
SCHERMA STORICA GIOVANILE

MIDNIGHT SUNS

UN NUOVO MODO DI VIVERE LA SCHERMA



"Sarebbe bene che la nostra società democratica rimanesse nobile nei modi e nel sentire, e a tal fine nulla sarebbe più efficace di una rinnovata familiarità con la spada".

E. LEGOUVÈ

"La spada è il primo strumento della civiltà, l'unico mezzo escogitato dall'uomo per conciliare la brutalità dell'istinto con l'ideale di giustizia".

A. FRANCE, NOBEL PER LA LETTERATURA

Il gruppo schermistico Midnight Suns propone un'esperienza innovativa della scherma e della sala d'arme, che per noi è luogo di crescita e nobilitazione del movimento, del carattere e delle relazioni sociali. Si rivolge prevalentemente ai ragazzi dai 12 ai 16 anni, età particolare in cui la preadolescenza e l'adolescenza mettono alla prova l'esperienza di se stessi e del rapporto con gli altri, soprattutto nella società moderna che propone modelli lontani dalla realtà, contatti virtuali, bullismo e sopraffazione.

Nella scherma si fronteggia con codice cavalleresco un avversario che è di fronte a me in carne ed ossa e questo confronto richiede fatica, costanza, attenzione, rispetto, concentrazione, impegno… ma offre grande soddisfazione e risveglia passione ed entusiasmo!

IL MOTTO DELLA SPADA È: "NON ESTRARMI SENZA RAGIONE, NON USARMI SENZA VALORE" – questa è la strada per trovare rettitudine, ordine e forza interiori, un Sole nascosto nella nostra anima, un "Sole di mezzanotte" (Midnight Sun) celato in ogni essere umano.

Il gruppo schermistico non si pone come "scuola di scherma" finalizzata alla competizione, ma come esperienza igienica e formativa, pedagogica, attraverso la scherma, nello specifico la scherma storica ed altre esperienze atletiche non competitive, divertenti e sane, SEMPRE IN SICUREZZA E SPORTIVITÀ.

NEGLI ALLENAMENTI SI PRATICANO:

- preparazione atletica;
- Bacrama (arte schermistica italiana non violenta);
- scherma storica medievale e rinascimentale;
- combattimento con armi di sicurezza;
- arcieria;
- Rapi-Do (disciplina italiana che unisce scherma e fitness).

Ci avvaliamo del supporto di maestri di grande esperienza; proponiamo inoltre la di possibilità di centri estivi e campi storici con combattimento all'aperto.

Midnight Suns è un'esperienza divertente e varia, che avvicina i ragazzi al movimento ed alla gioia del confronto fisico – importantissimo e critico nella società moderna – senza pericolo e competitività esasperata, scoprendo le proprie capacità ed i propri limiti insieme agli altri in un contesto di RISPETTO e in una compagnia di pari che pratica e vive dei VALORI profondi e condivisi.

VISITATE IL NOSTRO SITO PER MAGGIORI INFORMAZIONI

328 5952587 – SCHERMAMIDNIGHTSUNS@GMAIL.COM – WWW.MIDNIGHT-SUNS.IT

LE ATTIVITÀ

Preparazione atletica con elementi di ginnastica Bothmer

In collaborazione con insegnanti delle Scuole Steiner-Waldorf Il Raggio e Novalis

La preparazione atletica è il fondamento di ogni disciplina di movimento. L'esperienza della ginnastica Bothmer ha sviluppato esercizi volti all'igiene ed al sano sviluppo del corpo, sperimentati e testati, mirati per le varie fasce d'età, che educano ossa e muscolatura senza forzarle o stressarle, favorendo una crescita ottimale dell'intero organismo.

Bacrama

In collaborazione con Uastamasta A.C.D.

Bacrama è una disciplina di abilità che rispecchia gli equilibri in movimento della natura, si fonda su alcuni principi della scherma, della giocoleria e della morra cinese. Della scherma troviamo il passeggio ed i colpi d'attacco, della giocoleria i lanci e le prese del bastone, della morra la conquista del punto attraverso combinazioni variabili.

I due praticanti, muniti del Bacchio (un bastone gommato colorato alle sommità opposte di bianco e rosso) devono lanciare e riafferrare la propria arma e toccare quella dell'avversario quando l'estremità risulta a loro propizia (per un contendente di colore uguale e per l'altro opposto). I praticanti di questa nuova disciplina hanno scoperto una tipologia di combattimento in grado di determinare forza, riflessi e destrezza senza la componente della violenza.

Scherma storica e Rapi-Do

In collaborazione con il Maestro Giovanni Rapisardi

La scherma storica ed il combattimento libero con armi di sicurezza costituiscono il corpo fondamentale del lavoro. Attraverso la pratica e la percezione diretta del movimento e delle caratteristiche delle armi si praticheranno gli stili di combattimento medievale (spada ad una e due mani, spada e scudo), per passare poi con il tempo ai più raffinati stili sei-sette-ottocenteschi (spada da lato, striscia, sciabola).

L'esperienza del Rapi-Do porta invece in forma atletica, divertente, sicura e non competitiva un incontro tra il combattimento con il coltello (con armi di assoluta sicurezza in materiali morbidi) e la danza – in modo simile a discipline come la Capoeira.

Arcieria

Il tiro con l'arco aiuta la coordinazione occhio-mano, la postura, l'ordine, il respiro e la centratura del carattere.

Accampamento storico

In collaborazione con Swashbuckler

Nel periodo estivo, il gruppo potrà partecipare ad un'esperienza residenziale di campo storico del XVII secolo, in cui potrà praticare non solo un approfondimento sulla scherma del tempo, ma anche la vita quotidiana in un ambito naturale ed artigianale che risveglia la creatività, il senso pratico, il problem solving, l'iniziativa, la salute fisica e la capacità di collaborazione, oltre ad imparare dall'osservazione della natura e del cielo stellato; verrà approfondita la conoscenza della cultura storica di ieri, che ha portato alla civiltà di oggi.

Questa esperienza è anche un prezioso detox dalla tecnologia e dai dispositivi digitali.