



Mercoledì 27 febbraio 2008, presso la palestra ROYAL di Roma dove insegna MASTER BOS, ha avuto luogo l'esame per passaggio di Dan sostenuto dai Bu Sabum David Capolongo II Dan (Arezzo) accompagnato dal proprio Maestro Emanuele Manno di Arezzo, Massimo Bacherotti II Dan (Pisa) e Sergio Bennati II Dan (Pisa), che dopo una partenza di buon mattino sono giunti alla volta di Roma, per sostenere non senza apprensione ed emozione la prova di passaggio di grado.

L'esaminatore è stato il D.T. Nazionale F.I.TAE Master Willem J. Bos VIII Dan.

L'esame si è svolto in un ambiente marziale, come si addiceva alla situazione ma allo stesso tempo raccolto e cordiale.

Per quanto riguarda chi scrive (Sergio Bennati) ed il mio collega e fraterno amico Massimo Bacherotti, (e comunque anche il nostro collega David Capolongo ce l'ha confessato in spogliatoio) l'emozione e la concentrazione erano a livelli molto alti, soprattutto perché vedevamo giungere il momento di verificare il duro lavoro svolto in questo periodo con passione ed impegno, convinti di aver svolto un buon lavoro ma, come ben sapevamo, l'ultima parola spettava al Master e quindi il risultato finale non poteva essere certo fino alla fine della prova.

Eravamo anche, sinceramente incuriositi dalle modalità e dai tempi di svolgimento dell'esame perché, per la prima volta, ci trovavamo in un contesto molto ristretto (3 sole persone contro le abituali 40-50 degli esami precedenti) e visionati direttamente dal D.T. Nazionale che avrebbe avuto tutto il tempo di esaminarci approfonditamente e per un lasso di tempo, dedicato ad ogni persona, sicuramente più ampio, rispetto alle sedute di esami precedenti con una miriade di candidati. Eravamo quindi, incuriositi ed un pò preoccupati (tutte le novità creano tensioni!) ma eravamo anche convinti che questa modalità ci avrebbe permesso di accrescere, qualunque fosse stato l'esito, il nostro bagaglio tecnico ed il nostro carattere, mettendoci di fronte ad una situazione nuova in cui non era assolutamente possibile nascondersi ma, ciascuno di noi, avrebbe dovuto dare il meglio di se per tutta la durata dell'esame.

In effetti l'esame, per solo 3 persone, è durato dalle ore 12.00 alle ore 15.00 circa, quindi come ore di esame, poco meno delle sedute di esame con numeri di partecipanti 10 volte superiori, ma tutto questo tempo era riservato a noi 3. Una bella sfida ma anche una grandissima opportunità per noi che siamo anche Istruttori di chiarire e definire nel particolare molte specifiche tecniche che, in esame di "massa" vengono spesso tralasciate o trascurate.

Ed infatti la prova si è svolta prendendo in considerazione e approfondendo tutti gli ambiti e argomenti previsti dal Regolamento Tecnico F.I.TAE per il passaggio a III Dan tra cui le forme (*Tul: Chon-Ji, Joong-Gun, Kwang-Gae, Eui-Am, Choong-Jang, Ju-Che*), "passate



al setaccio", tecnica per tecnica, movimento per movimento, applicazione per applicazione da Master Bos,



Ibo Matsoki da 1 a 20 a coppia e in singolo, Ilbo Matsoki a coppia, tecniche di difesa personale libere (a cui è stato dedicato un adeguato tempo per verificarne la veridicità e la nostra confidenza nell'esecuzione, cosa impensabile in un esame di 30-40 persone!), combattimento libero sportivo, tecniche in volo a due o più combinazioni insieme e tecniche di rottura, su due tavole per le tecniche di mano e su tre per quelle di piede (abbiamo provato il piacere di confrontarci con qualcosa che ci è sempre stato insegnato, come le tecniche in volo e quelle di rottura, che nel tempo, in fase d'esame sono sempre più state trascurate a danno, a parere nostro, del livello di insegnamento in palestra che, ben sappiamo, ciò che non viene chiesto all'esame spesso viene tralasciato in fase di allenamento, ma che comunque sono quella parte fondamentale della nostra disciplina, che più riescono a *determinare, spronare il carattere e condizionare il fisico* di tutti quelli che vogliono vivere a crescere nel Taekwon-Do).

Master Bos non ci ha poi risparmiato domande sulla teoria e sulla storia del Taekwon-Do, nonché l'esposizione di tecniche per verificare le nostre capacità di insegnamento delle basi della nostra disciplina, dato che tutti e tre siamo istruttori e che, nelle nostre mani è il futuro dei giovani che si avvicinano al Taekwon-Do ITF, responsabilità molto più grande del "semplice" passaggio di Dan. Per questa ragione il MASTER ha voluto verificare con precisione la nostra conoscenza e capacità di trasmettere le tecniche base che contraddistinguono la nostra disciplina, tra cui il "movimento a onda", l'importanza del respiro nell'esecuzione delle tecniche, ecc; compreso proposte e impressioni sull'andamento presente e futuro della F.I.TAE.

L'esame si è concluso nel migliore dei modi e tutti e tre, abbiamo ricevuto i complimenti di Master W. Bos. Già questo sarebbe stato una grandissima soddisfazione, ma soddisfazione ancora maggiore, dopo aver fatto notevoli sacrifici per prepararsi a questo importante appuntamento, è stato il fatto di ricevere, durante l'esame, un'attenzione così assidua e precisa, in un clima estremamente cordiale ma serio, professionale e marziale che, se da una parte ci ha messo a nostro agio, dall'altra parte ci ha creato una "benefica" tensione, emozione, apprensione e voglia di dimostrare le nostre capacità che, in altri contesti, più dispersivi, è sempre stato assai più difficile provare.

In un numero così ristretto ci siamo sentiti veramente al centro dell'attenzione, veramente esaminati al massimo delle nostre capacità, dando prova della nostra preparazione sotto una lente di osservazione che, grazie al tempo disponibile, non ha trascurato niente e non ci ha dato tregua.



Questa per noi, oltre al risultato positivo, è forse stata la soddisfazione più grande del nostro esame.

E con questo rinnovato spirito di entusiasmo siamo tornati ai nostri allievi e alla nostra palestra, convinti che abbiamo molte cose da trasmettere ai nostri studenti ma soprattutto convinti che meriti veramente



impegnarsi ad allenarsi duramente ed assiduamente come abbiamo fatto pur di ricevere così tanta attenzione durante un esame così approfondito.

Pisa, 28/02/2008

*Istr. Massimo Bacherotti III Dan*

*Istr. Sergio Bennati III Dan*

*Istr. David Capolongo III Dan*