



## "Soffio del drago" in prima linea nel kung fu

■ Soffio del drago sempre in prima linea nel kung fu. Domenica 12 marzo la società lodigiana è stata fautrice a Crema e con il patrocinio della Città di Crema del primo Stage Nazionale 2023 di kung fu Scuola PHAM Xuân Tong tenuto dal direttore tecnico italiano Maestro Davide Migliore coadiuvato dagli esperti nazionali Maurizio Caretti, Antonio Saponaro, Claudio Fava, Sorinel Stirbu, Pierfranco Prealta, Luca Albano, Pasquale Mastrogiorgio, Luca Sgaggero, Andrea Palandri e Glenda Dedej. I tanti praticanti accorsi da Lombardia, Piemonte, Trentino Alto Adige, Veneto ed Emilia Romagna hanno potuto conoscere ed apprezzare le applicazioni di Quyen tradizionali come Long Ho (combattimento tra la Tigre ed il Drago), ripassare e aggiornare i Quan Ky a coppie. Per le cinture nere 4 Dang e 5 Dang lavoro specifico sui Quyen più

antichi, Than Xa Bach Hau e Quan Ky Nam, direttamente con il maestro Davide Migliore. Ampio spazio è stato riservato al Co Vo Dao, lo studio delle armi tradizionali vietnamite e cinesi.

I praticanti hanno potuto lavorare diverse armi tradizionali tra le quali il Moc Guom (spada vietnamita in legno propeutica per quella dotata di lama), il Bong (bastone lungo), il Long Gian (il famoso nunchaku dei film di Bruce Lee), i Song Cot (due bastoni corti), i Moc Can (bastoni corti con impugnatura laterale). Un pomeriggio di duro e proficuo lavoro per tutti i praticanti, un altro passo nel percorso di crescita dell'unica organizzazione nazionale riconosciuta dal Maestro Fondatore PHAM Xuân Tong, dalla IQKDF, dal Comitato Olimpico del Vietnam, da Uisp e dalla Tafisa. ■



## Podisti a Tavazzano e alla maratona di Roma

■ Il mondo del podismo ritorna, piano, piano, ai tempi del pre covid. Una prova si è avuta a Tavazzano nella 43ª "Marcia del Nebbiolo" dove erano presenti 1.241 podisti con 46 gruppi provenienti dal Lodigiano, Cremasco, Milanese e Pavese. Una grande partecipazione l'ha avuta anche tutto il paese di Tavazzano (cosa molto rara negli altri paesi) con circa cinquecento iscritti tra palestra, oratorio e gruppi spontanei. I percorsi a disposizione sono stati leggermente modificati per motivi tecnici, ri-



spetto agli originali, ma comunque apprezzati dai partecipanti, erano: Km. 5-7-14-18-23. I casalesi presenti con 54 atleti hanno fatto la parte del leone nella classifica dei gruppi pre-

cedendo il G.P. Gorgonzola (37) e il G.M. San Giorgio Dresano (36). Undici podisti casalesi hanno scelto il percorso più lungo utilizzando questa occasione per un buon allenamento in vista della maratona di Milano del 2 Aprile. Gianpietro Vigotti ha rappresentato il G.P. Casalese alla maratona di Roma chiudendo la sua 145ª maratona in 4-56'16". Domenica prossima appuntamento a Livraga per la 12ª edizione della "Tra Veneri e Cascine" organizzata dal G.P. Brembio. ■

## Cucina, alunne del Merli sul podio

■ Studentesse del Merli sul podio. L'annuncio arriva dalla professoressa Tiziana Salmaso, docente di cucina. "L'Aic (associazione italiana cuochi) si è riunita i giorni 6 e 7 marzo a Caserta, per premiare cuochi e chef, che annualmente si impegnano a diffondere la buona cucina nel mondo - spiega -. Tra questi, sono state premiate due junior chef, Giorgia Sordano e Sara Villaricca, appartenenti all'istituto E Merli - Villa Igea di Lodi, che si sono contraddistinte per la loro bravura. Le ragazze frequentano il V anno della scuola alberghiera e hanno presentato due piatti, un primo piatto "il Cappellaccio che si crede un pizzocchero", una delizia preparata con

farina di grano saraceno, ripieno di patate e verza, su fonduta di Valtellina Casera Dop. Il secondo piatto è un delizioso tonno scottato in crosta di sesamo, con maionese al basilico e alla barbabietola e germogli colorati di barbabietola".

Per aggiudicarsi il premio, che conferisce visibilità a livello italiano e mondiale, Sara e Giorgia hanno dovuto rispettare dei requisiti, come da disciplinare e inviare la proposta alla commissione Aic presieduta dal presidente Simone Falcini.

A ritirare il premio, le ragazze sono andate a Caserta con la professoressa Salmaso, la quale ha sostenuto le ragazze in questo percorso. La docente è



molto emozionata e contenta di aver cresciuto delle ragazze motivate a svolgere con cura e amore questo lavoro, ricco di passione e sacrifici.

Durante la premiazione Sara e Gior-



## Anap-Ancos Confartigianato in festa

■ La giornata per festeggiare San Giuseppe artigiano il 15 marzo scorso si è così svolta: ore 11.30 celebrazione Santa Messa presso la Chiesetta di San Lorenzo a Ca de' Mazzi, celebrata da Don Pier Giacomo, parroco di Livraga; ore 12.30 pranzo presso la trattoria San Lorenzo adiacente la chiesetta. ■



## Folto pubblico per l'incontro con Vera Gheno

■ Grande successo di pubblico per l'incontro dello scorso sabato con la sociolinguista Vera Gheno organizzato dal gruppo "No alla violenza sulle donne" di San Giuliano Milanese. L'obiettivo è stato quello di affrontare il tema del sessismo presente nella lingua italiana e nei libri attraverso un dibattito in sala consiliare a San Donato Milanese dal titolo "Le parole sono importanti". «Vera Gheno è partita dal concetto di "yakamoz" che significa riflesso della luna sull'acqua, una bellissima provocazione per spingere il pubblico in sala ad essere sempre curioso della differenza» racconta la responsabile del gruppo E.I. «la nostra ospite ha illustrato il modo in cui la società si evolve



e come invece si pretende a volte che la lingua rimanga ferma, di come si accettano e promuovono modificazioni linguistiche a seconda di chi le proporrà, rendendo spesso invisibili certi gruppi sociali considerati non normali». La proposta di questo incontro è stata accolta dal Comune di San Donato Milanese che ha contribuito al successo del dibattito, a moderare l'incontro erano presenti Ana Lopez, referente del gruppo, l'assessora Francesca Michielli alle Pari Opportunità del comune di San Donato e la libreria "Kitaxe" di San Donato Milanese che ha reso disponibili i libri della nota sociolinguista. «La prova che la scelta del tema e della presenza di Vera Gheno sia stata giusta si è materializzata nel corso della giornata in cui in tanti cittadini di tutte le età hanno scelto di riflettere e dibattere con lei» conclude la referente del gruppo «è stato un grande lavoro di squadra che ha portato a scegliere una personalità importante come Vera Gheno per riflettere su come spesso le istituzioni e le associazioni del territorio fanno un uso non equo e non rappresentativo della lingua mentre grazie a lei e alla sua forte capacità divulgativa il pubblico è riuscito a riflettere sull'uso non sessista della lingua». ■