

## Proud sponsors :

**da GIULIANO PIZZA al trancio con forno a legna**  
 A casa e in ufficio con CONSEGNA GRATUITA  
 RICCO BUFFET, SALA CALDA E ACCOGLIENTE  
**SI ACCETTANO BUONI PASTO**  
 Via MAMBRETTI ANG. STEPHENSON Milano  
 Tel. 02/33.200.311

**Miseria e Nobiltà Nuova apertura**  
 PANE, FOCACCE, PIZZE, PASTA FRESCA SU PRENOTAZIONE  
 TORTE E PASTICCINI PER TUTTI GLI EVENTI anche su prenotazione **PRODUZIONE PROPRIA** Via F. PALIZZI, 119/C  
 Milano Tel. 02/39.000.895

**BPM BANCA POPOLARE DI MILANO**  
 AG. 516 - Via Arsia, 7 - 20157 Milano  
 Tel. 02 39 00 26 51  
 www.bpm.it

ASSOCIAZIONE SPORTIVA DILETTANTISTICA  
**REIKAN KARATE CLUB**  
 Cco. USAJLI 6340  
 REGISTRO CONI

MUAY THAI - GINNASTICA MEDICA - AUTODIFESA - FIT BOXE -  
 PILATES - YOGA - KARATE - DANZA - BACK SCHOOL - PERSONAL  
 TRAINER Via Masolino da Panicale, 9 Milano  
 Tel. 02/39.263.695

GINNASTICA MEDICA - BODY BUILDING - FIT BOXE -  
 PILATES - YOGA - G.A.G. - HIP HOP - CARDIO -  
 FITNESS - PERSONAL TRAINER - MUAY THAI - DANZA  
 DEL VENTRE  
 Via cinque Maggio, 11 Milano  
 Harmony Tel. 02/97.377.525

**INVITO VALIDO PER 3 LEZIONI DI PROVA**  
 Per ragazzi al di sotto dei 12 anni  
se accompagnati dal genitore  
 - Il presente coupon non è cumulabile -

**Rostrum credo**  
 - Egomet bellator in vita  
 pro Deo pro honore familiae -  
 - Imperare sibi maximum imperium est -  
 - Mens et corpus sani in Spiritus forte -



**CORPO DOCENTE:**  
 Coordinatore di dipartimento - Master Stager :  
**DASCANIO** prof. RUGGIERO 6° DAN

**ISTRUTTORI:**  
**MONTOFANO** ANGELO 3° DAN  
**MANDELLI** MARIO 3° DAN  
**PIZZI** ALBERTO 1° DAN  
**COTUGNO** FABIO 1° DAN

**ASSISTENTI E ALLENATORI:**  
**LUNGH** FABIO 1° DAN  
**MELFA** MISCHEL 1° DAN  
**PAPUK** EUGENIO 1° DAN

Tel.: 346/13.500.83 - 348/74.410.25  
 Fax: 02/99.762.367  
 E-mail: info@dascanio-gym.com  
 website: www.dascanio-gym.com

**DAL 1975 DASCANIO GYM**  
**100% MUAY THAI BOXING**

**MUAY THAI**

**FEDERAZIONE ITALIANA MUAY THAI**

**Martial**  
 Tel: 346/13.500.83  
 www.dascanio-gym.com

**FEDERAZIONE ITALIANA F.I.KB KICKBOXING**

**SEDE 1 c/o FIT HARMONY** Via Cinque maggio, 11  
 Milano 20157 tel: 02/97.377.525  
**SEDE 2 c/o REIKAN** Via Masolino da Panicale, 9  
 Milano 20155 tel: 02/39.263.695  
 Egomet bellator in vita pro Deo pro honore familiae

## OBIETTIVI PROPOSITI

### ASPIRAZIONI DEL

#### - DASCANIO GYM -

PROMUOVERE, DIFFONDERE E  
DIVULGARE IL BENESSERE PSI-  
COFISICO E SPIRITUALE  
DELL'INDIVIDUO.



Continua ad aumentare la richiesta da parte dell'utenza e specificatamente dai genitori, di una palestra che sia anche un centro educativo il cui intervento vada oltre la disciplina sportiva e che affronti tematiche di carattere etico e sociale per acquisire valori e stili di vita positivi.

<p><b>SALINA ALBERA</b> ARCHITETTURA D'INTERNI www.salinaalbera.it</p>	
<p><b>NUOVO CENTRO CAMERETTE</b> MILANO Via F. Palizzi, 119 Tel. 02/39.007.440</p>	

	<p><b>PARRUCCHIERA PER SIGNORA</b> <b>BERTOZZI MARCELLA</b> ANCHE SU APPUNTAMENTO Via Arsia, 7 - Milano tel. 333/71.75.091</p>
--	--

	<p>Coffee AND Cigarettes AND Games <b>BAR -TABACCHI</b></p>
<p>...SCOMMESSE...</p>	<p>Via Arsia, 7 MILANO</p>
	<p>tel. 02 45 48 22 86</p>

	<p><b>AUTOLAVAGGIO "STAR WASH"</b> Cura meticolosa per la vostra auto ad un <u>minimo prezzo</u>. <b>PROVARE PER CREDERE!!</b> Grande professionalità e cortesia Via G.B. Grassi, 15 - di fronte al LIDL</p>
--	--

## LA MUAY THAI AGONISTICA

La Muay Thai, vuole aiutare i giovani a vivere la competizione come momento di verifica di se stessi, non come mero scontro o aggressione dell'avversario, bensì sviluppare la capacità di vivere correttamente la vittoria ed elaborare la sconfitta come stimolo ad un miglioramento personale.

L'a.s.d. Dascanio Gym, vuole essere un segnale molto forte per la diffusione della Muay Thai come momento educativo, formativo e dello star bene insieme in palestra.

L'opera costante dell'istruttore attribuisce alla muay Thai, una più intensa funzione formativa e nella sua qualità di educatore, utilizza la disciplina per sviluppare al meglio le capacità dell'individuo attraverso l'adozione di sani stili di vita e contribuire ad esaltare le singole qualità sportive di ogni allievo, soprattutto di quelli che ritengono di non avere alcuna attitudine e che non praticano in modo continuativo lo sport.

## LA MUAY THAI EDUCATIVA

	<p>E' ormai unanimemente riconosciuto che lo sport è lo strumento più efficace per aiutare i giovani ad affrontare situazioni che ne favoriscono positivamente la crescita globale. Lo sport, infatti, richiede alla persona di mettersi in gioco in modo totale per superare le proprie difficoltà. Alla Muay Thai in particolare, viene quindi affidato il compito di contribuire ad aumentare il senso civico della persona, migliorare l'aggregazione, l'integrazione la socializzazione, e, non da ultimo, ridurre le distanze tra lo sport maschile e lo sport femminile.</p>
<p>La muay Thai, riduce la distanza fra sport maschile e femminile.</p>	

## LA MUAY THAI E I GIOVANI

### PREVENIRE—AIUTARE—EDUCARE



La muay Thai, migliora la percezione del corpo e l'equilibrato sviluppo delle capacità motorie.

Attualmente, emerge una preoccupante situazione di disagio nei giovani, (ma non solo) che li rende sempre più fragili e disorientati. Difficoltà nel comportamento, ansia da prestazione, insicurezza di fronte agli ostacoli, attenzione ridotta, incapacità di orientarsi, crisi di panico, sindrome di Peter Pan, sono disturbi molto frequenti non solo nei giovani, al punto da essere stati ufficialmente codificati, come difficoltà

concrete nel rapportarsi col mondo esterno e con se stessi. Aumenta specialmente nei giovani la ricerca di stimoli forti, senza la consapevolezza delle tragiche possibili conseguenze che ne possono derivare: episodi sempre più gravi di **bullismo**, di forme di dipendenza come l'**alcoolismo**, il **tabagismo** ed il **doping**. E' importante sottolineare come le esperienze motorie nella muay Thai, migliorino la percezione del proprio corpo e l'equilibrato sviluppo delle rispettive capacità. Infine è preoccupante l'adozione di non corretti stili di vita sempre più sedentari, e per una cattiva alimentazione, che determinano un aumento considerevole dei casi di obesità e delle malattie ad essa correlate. La Muay Thai, consente di affrontare tali situazioni, aiuta a vivere il proprio io con maggiore coscienza di sé, serenità e fiducia e insegna a sapersi confrontare con gli altri con uno spirito positivo.

	<p><b>FEDERAZIONE ITALIANA MUAY THAI</b> unica federazione italiana riconosciuta dal WMC - IFMA</p>	
<p>www.fimt.it</p>		