

*we are*  
**ARCA**

**Rossano Lulli**



- AIKIDO



M.° Lulli Rossano 3° dan Aikikai . Insegnante CSEN. Praticante dal 2004. L'aikido è una disciplina, una forma attuale di combattimento giapponese che affonda le sue radici nell'arte giapponese dei samurai. Si parla di combattimento come arte perché la “lotta” non è vista come semplice scontro tra due individui in cui uno deve prevalere sull'altro: c'è dietro una filosofia di pensiero complessa, che si allaccia alla tradizione nipponica di rispetto e intreccio tra individuo e natura.

Esteriormente l'aikido si presenta come un elegante ed efficace metodo di autodifesa i cui movimenti sono basati sul principio della rotazione sferica finalizzato alla neutralizzazione, mediante bloccaggi, leve articolari e proiezioni, di uno o più aggressori disarmati o armati.

