

## La nostra Associazione



L'Associazione Sportiva Culturale I CHING viene fondata nel 1997 a Roma, nell'VIII Municipio, da tre atleti agonisti di Arti Marziali Cinesi: Gianpaolo Anastasi, Gianluca Anastasi e Cristiano Maggi, Campioni Internazionali di Kung Fu W.C.K.A. (World China Kung Fu Association). Dalla passione e dall'esperienza dei Fondatori nasce il progetto di promuovere attraverso le discipline Orientali una diversa interpretazione dello Sport e dell'Agonismo.

L'Associazione non ha fini di lucro e nasce per operare nelle Periferie Disagiate e fornire un servizio Sociale Educativo rivolto a tutte le fasce di età ed in particolare a quelle più deboli (bambini ed anziani).

## La nostra Storia



Il 04/11/1997 Istituiamo l'associazione denominata I CHING la sede è a Roma via A. Calzoni 9/g

Il nome I CHING deriva dalla traslitterazione fonetica dell'ideogramma cinese che rappresenta il libro dei mutamenti. Ispirata al concetto del tao (gli opposti complementari che nel loro alternarsi creano la base della filosofia taoista) pone le proprie fondamenta sul presupposto che movimento e

mutamento siano elementi fondamentali nello sviluppo delle capacità sia fisiche che psicologiche dell'individuo: il movimento inteso come sviluppo fisico e il mutamento come crescita e trasformazione psicologica.

Dal 1997 al 1998 I CHING avvia la propria attività e in collaborazione con l'Associazione AKME e l'VIII Municipio, promuove attività ludico-sportive (Kung Fu, Tai Chi, Sanda, Twei Sho) presso le Palestre delle Scuole Elementari di via Calimera (Torre Angela) e via Marelli (Villaggio Breda);

dal 1998 rafforza la propria attività aprendo sul territorio, presso la palestra Suavis della Parrocchia S. Maria Madre d'Ospitalità a Villaverde, corsi orientati ad un nuovo concetto di Educazione Fisica, attraverso l'insegnamento delle Discipline Orientali (Kung Fu, Tai Chi, Sanda, Twei Sho):

- Baby Kung Fu - attività ludico-sportiva per bambini (5-12 anni);
- Kung Fu tradizionale, Moderno, Sanda e Twei Sho – attività agonistico/amatoriale per ragazzi e adulti;
- Tai Chi e Ginnastica Orientale – attività educativa/posturale per anziani;

nel 2000 Gianpaolo Anastasi viene insignito del grado di cintura nera secondo duan e riconosciuto per meriti sportivi Istruttore federale FIWuK;

nel 2001 per il Centenario della A.S. Lazio, in occasione della partita di calcio (Lazio-Cina) in onore della Rappresentativa Cinese, l'Associazione I CHING è invitata ad esibirsi con il Kung Fu Tradizionale allo Stadio Olimpico di Roma .





dal 2001 al 2004 Gianpaolo Anastasi per I Ching costituisce il KUNG FU TEAM. 15 atleti agonisti dagli 8 ai 50 anni partecipando ai più prestigiosi Campionati di Federazione e Tornei Nazionali ed Internazionali, si attestano come una delle squadre Italiane maggiormente competitive; nel 2004 per il Tour della Nazionale Cinese in Italia, viene invitata per esibirsi al Gala per lo Spettacolo delle Scuole Nazionali FIWuK (presso il Pala Tiziano). Realizza uno Spettacolo di Arte Contemporanea TUM TAM WORLD in collaborazione con Duo Art Museum e si esibisce a Roma in

Teatri e Palestre; nel 2005 finalmente prende forma l'idea MOMU. Il progetto MOMU si rivolge alla riqualificazione del Territorio e delle Periferie Urbane attraverso la pratica dello Sport all'aperto, attraverso la pratica del Parkour. I CHING pubblica il neonato progetto su internet ([www.momu.it](http://www.momu.it)): momu comincia a promuovere il **PARKOUR** (l'Arte dello Spostamento) che si va affermando velocemente in Italia come emergente disciplina sportiva di strada; sostiene il **FRISBEE FreeStyle** e incoraggia il **BODYBOARD**.

I CHING fa partire corsi di promozione al Parkour aperti a tutte l'età, in collaborazione con l'Associazione Italiana Parkour (organizzatrice del I RADUNO NAZIONALE DI PARKOUR);

dal 2006, in cooperazione con Palestre e Associazioni I CHING, consolida la realtà del Parkour sul territorio Italiano e la propria presenza a Roma nei Municipi VIII, VI e IV.

Gianpaolo Anastasi responsabile delle attività sportive di I CHING, organizza corsi di Tai Chi, Parkour e Baby Parkour nelle zone dell'VIII Municipio: Tor Bella Monaca, Villaverde, Torre Gaia e Fidene (IV Municipio). La collaborazione tra I CHING e l'Associazione Parkour Italia (PARKOUR.IT) è rinnovata. Gianpaolo Anastasi ne diviene Responsabile Tecnico. I CHING partecipa direttamente all'organizzazione del II RADUNO NAZIONALE DI PARKOUR, svolto al Foro Italico, con Gianpaolo Anastasi Responsabile Tecnico dell'evento; collaborazione anche con l'OSRAM WORLD MEETING di David Belle.

Nel 2007, la realtà del Parkour Italiano e la qualità del lavoro di promozione ed insegnamento dei nostri corsi di attività sportive e di diffusione del Parkour, viene riconosciuta ed apprezzata a livello Internazionale. Tor Bella Monaca si afferma come la prima realtà Italiana del Parkour richiamando l'attenzione dei mass media con servizi e speciali della Rai e Mediaset e atleti da tutta Roma e dintorni che ogni domenica si danno appuntamento all'VIII Municipio per correre e praticare insieme la disciplina del Parkour.



Si organizza la supervisione tecnica del III RADUNO NAZIONALE DI PARKOUR organizzato dall'Associazione Italiana Parkour (PARKOUR.IT) in collaborazione con i fondatori Francesi Yamakasi e gli Inglesi UrbanFreeFlow. In collaborazione con Ass. Cult. Oasi Verde organizza, all'interno dello SkatePark "The Spot" ad Ostia, corsi di promozione al Parkour, e cura la supervisione Tecnico Sportiva dell'area Parkour per la manifestazione patrocinata dal XIII Municipio "THE SPOTMANIA", vetrina Italiana degli Sport da Strada e sempre con l'VIII Municipio, con la concessione della palestra del 181° C.D. P. Picasso, si avvia il primo corso Italiano di Baby Parkour, un progetto che utilizza il Parkour per migliorare lo sviluppo e l'apprendimento degli schemi motori di base per i bambini dai 5 ai 12 anni.

Dal 2008 L'A.C.S. I Ching attraverso il progetto MOMU organizza e supervisiona corsi di promozione ed



avviamento al parkour nel IV, VI, VIII e XIII municipio e coopera con *FIABA (Fondo Italiano per l'Abbattimento delle Barriere Architettoniche)*, coadiuva l'Associazione *La Rosamarina* per il sostegno alle donne ed ai bambini. Insieme a PARKOUR.IT organizza e partecipa al IV RADUNO NAZIONALE DI PARKOUR in collaborazione con Sebasten Foucan, Daniel Illabaca e Oleg Vorslav che si svolge a TOR BELLA MONACA e nelle aeree esterne dell'Università di TOR VERGATA; partecipa al 1° FESTIVAL

NAZIONALE DEL TEATRO DEL DISABILE - Organizzato dall'Associazione Promozione Sociale e Solidarietà San Nicola a Trani, partecipa ad un'esibizione di Parkour -Freerunning in collaborazione con la TrickingFactory. Partecipa e collabora al MEETING INTERNAZIONALE di Evry (Parigi) Organizzato dai Fondatori YAMAKASI per inaugurare la prima Accademia di Art du Deplacement ADD.

Dal 2009. Sempre con PARKOUR.IT organizza un evento di raccolta fondi per i bambini del bambin Gesù: PARKOUR FOR CHILDREN a cui partecipano i gruppi internazionali di YAMAKASI E PARKOUR GENERATION. Gianpaolo Anastasi partecipa allo stage Internazionale di perfezionamento ADD-Academy tenuto a Parigi e seguito dai fondatori Yamakasi. IL RADUNO NAZIONALE DEL PARKOUR è arrivato alla V edizione (NAOKY'S DAY) con un numeroso gruppo di partecipanti giunti da ogni parte d'Italia e la collaborazione dei PARKOUR GENERATION.



Dal 2010 La nostra Associazione organizza il primo Stage di approfondimento alla pratica del Parkour con l'ADD Academy di Parigi e collabora al secondo Meeting Internazionale dell'ADD Academy "ADD Experience" ad Evry. Ottiene il Riconoscimento Europeo dell'insegnamento del Parkour Freerunning certificando i propri Istruttori con il brevetto ADAPT in Inghilterra e con ADD Academy in Francia, L'VIII Municipio proroga di un anno la concessione della palestra comunale del 181° C.D. P. Picasso

per la quarta stagione del corso di BabyParkour.

Dal 2011 L'Associazione I Ching diventa ASD ed avvia la procedura di riconoscimento per l'iscrizione al registro CONI. Realizza il Secondo Stage di approfondimento con ADD Academy e Collabora alla realizzazione del Meeting di Milano dell'ASD MilanMonkey ed al WorkShop Origin del Fondatore Yamakasi Laurent Piemontesi.

Dal 2012 L'Associazione I Ching, in collaborazione con l'EPS UISP, con le Associazioni Italiane di Parkour e Parkour Generation i primi corsi di formazione per istruttori di parkour ADAPT Livello 1 riconosciuti in Italia.

Dal 2013 Ottiene l'iscrizione nel registro CONI e si occupa della formazione e del riconoscimento, in collaborazione con l'EPS UISP, del titolo di Istruttore ADAPT Livello 2 in Italia.

Dal 2014 Sempre in collaborazione con la Parrocchia Santa Maria Madre di Ospitalità gestisce la sala Palestra dell'Oratorio e svolge attività di promozione ed avviamento alla pratica sportiva amatoriale ed agonistica delle discipline del Tai Chi Tradizionale, Kung Fu MMA, Parkour, percorsi Ludico/Sportivi per bambini dai 5

agli 11 anni e con i Maestri di Ballo Efisio Tocco ed Elena Ortega corsi Ballo, Zumba e Balli di Gruppo. In collaborazione con il Centro Fisioterapico LP, del Fisioterapista Dot. Luca D'arpino, inserisce corsi di Ginnastica Posturale collettiva e con l'Associazione "Nascosto tra le foglie" di Kung Fu Tradizionale del M° Massimo Deciano apre un corso per lo studio dello stile "Mantide delle sette stelle".

Nel 2015 Partecipazione alla 3° Convention Nazionale FIPE, Federazione Italiana Pesistica, per approfondire le tecniche dell'allenamento funzionale e con sovraccarico.



Dal 2016 Con il progetto Rout to Spartan Race, 26 allenamenti domenicali per prepararsi alla Spartan Race sprint di Orte cat. elite, si apre un nuovo capitolo dove il parkour diventa anche strumento funzionale alla preparazione per le corse a ostacoli OCR. Seguono le partecipazioni alla CrossXrace di Ovindoli e alla Legion Run di Roma. Viene inserito nel ventaglio delle attività proposte in palestra anche un corso di allenamento funzionale.

Dal 2017 Le OCR diventano parte integrante del progetto momu. Lo staff momu partecipa alla Trifecta Spartan Race, iscrivendosi alle tappe di Orte, Milano e Taranto nelle specialità elite: Super, Sprint e Beast. Si conferma la presenza anche alla tappa Military Race all'interno della Scuola di Fanteria di Cesano e alle corse podistiche Xmilia e la mezza maratona Roma Ostia. Il 4 Novembre l'associazione festeggia 20 anni di attività, anni spesi per lo sport e la promozione di tutte quelle discipline contemporanee che ne esaltano i valori di sacrificio, rispetto, passione e coraggio sempre con la solita attenzione alle categorie più deboli bambini e anziani che rappresentano la nostra storia e il nostro futuro.

