

Roma 22 Maggio 2020

Il mio nome è Girolamo Altamore ma tutti mi chiamano Mimmo. Sono nato a Roma il 23 Giugno 1961, sono un insegnante di JUDO da diversi anni con il grado di 4 Dan Federale (FIJKAM) , da giovane ho partecipato a diversi campionati ottenendo ottimi risultati. Adesso mi dedico all'insegnamento dell'Arte della Cedevolezza ossia JUDO. Ho collaborato con molti Maestri di JUDO dove ho imparato negli anni diverse tecniche di insegnamento sia Agonistico che amatoriale e soprattutto ai ragazzi Diversamente Abili e questo mi riempie di orgoglio (Autistici ,non vedenti, handicap vari). Tuttavia quello che insegno più di frequente è l'approccio alle gare agonistiche sia regionali che nazionali, sia preparazione fisica ,alimentare che psicologica. Sono anche un Insegnante di MGA (Metodo Globale di Autodifesa) Federale e questo mi ha portato a fare diversi stage nelle scuole e nelle varie ONLUS dove adulti e ragazzi imparano a difendersi e a controllare la propria aggressività. Sono un Assistente di Sicurezza Privata iscritto alla Prefettura. Nella vita sono un Tassista di una grossa cooperativa radiotaxi dove molti colleghi mi chiedono piccole tecniche da apprendere. Finisco dicendo che i Trofei più belli sono aver conosciuto molte persone che mi hanno insegnato i principi più importanti della vita, l'incoscienza dei ragazzi ,la calma dei più anziani, la testardaggine delle ragazze e l'umiltà dei veri Campioni.

MIMMO ALTAMORE