

# EFFICACIA DELL'ARTE

## **Cristina Restelli**

Il Maestro Cristina Restelli nasce a Brescia il 10 ottobre 1965. Inizia la pratica del Karate-Dō nel 1973 sotto la guida di Sensei Dario Marchini. Fin da subito emerge per le sue innate capacità fisiche che unite a una straordinaria vitalità e a un durissimo allenamento la porteranno ben presto ai vertici del Karate mondiale. Elencare tutti i suoi successi in campo agonistico (ottenuti nelle principali federazioni mondiali di Karate) sarebbe veramente troppo lungo.

Possiamo così riassumere:

A livello mondiale: 4 medaglie d'oro; 5 argento; 1 bronzo.

A livello europeo: 18 medaglie d'oro.

A livello italiano: 16 medaglie d'oro.

Si ritira dall'agonismo nel 1992 ma nel 2006, a 14 anni dall'ultima competizione, è convocata nella squadra nazionale dal Maestro Dario Marchini con la motivazione "senza di lei non si vince!". Con un solo mese di preparazione, dimostrando così che un Maestro deve essere sempre pronto, partecipa ai Campionati Mondiali cogliendo un ennesimo grande successo.

Diventa Istruttore nel 1988 e Maestro nel 1998.

Nel 1999 è determinante per la nascita della "Iniziativa Kokoro" e nel 2008 è cofondatore della Associazione Culturale Kokoro International di cui assume la seconda carica istituzionale.

È Cintura nera VII Dan.

È una delle pochissime donne Maestro di Karate docenti in corsi nazionali e internazionali.

È la responsabile dell'organizzazione dei corsi dell'Accademia del Karate Studio Shirai di Milano.

## **PER INFO**

E. [ufficiostampa@efficaciadellarte.it](mailto:ufficiostampa@efficaciadellarte.it)

W. [www.efficaciadellarte.it](http://www.efficaciadellarte.it)

T. +39 02 8454 2330

## **MiRò Comunicazione | PR**

Rossella + 39 345 149 2333 | [pr@mirocomunicazione.com](mailto:pr@mirocomunicazione.com)

Lorena + 39 333 366 8967 | [lorena@mirocomunicazione.com](mailto:lorena@mirocomunicazione.com)

Leilha + 39 333 371 3544 | [info@mirocomunicazione.com](mailto:info@mirocomunicazione.com)

[www.mirocomunicazione.com](http://www.mirocomunicazione.com)