

CURRICULUM VITAE



INFORMAZIONI PERSONALI

Nome	ALESSANDRO
Cognome	COSSU
Telefono	338/7742678
E-mail	sifucossu@gmail.com
Sito Web	www.sifucossu.it www.facebook.com/sifucossu www.facebook.com/GinnasticaCinese
Nazionalità	ITALIANA
Data di nascita	07/07/1956
Titolo Attuale	Maestro 6° Duan (dato nella FiWuK - Federazione Italiana Wushu Kung Fu, Coni)

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

ARTI MARZIALI - KUNG FU: STILI TRADIZIONALI STUDIATI E RELATIVI MAESTRI

- Date (da – a)
 - Maestro
 - Stile studiato
 - Qualifica conseguita
 - Date (da – a)
 - Maestro
 - Stile oggetto di studio ed allenamento
 - Qualifica conseguita
 - Date (da – a)
 - Maestro
 - Stile oggetto di studio ed allenamento
 - Qualifica conseguita
 - Date (da – a)
 - Maestro
 - Stile oggetto di studio ed allenamento
 - Qualifica conseguita
- 1998 - Attuale**
G.M.° Gin Foon Mark, Caposcuola mondiale di 5° generazione per lo Stile Jook Lum e discendente diretto del **G.M.° Lam Sang (Lum Wing Fai)** di 4° generazione per lo Stile. Gong Sai Juk Lam Ji Naam Tong Long Pai (nome tradizionale, 江西竹林寺南螳螂派)
Maestro e Responsabile Unico per l'Italia e l'Europa dello Stile Jook Lum - la scuola, unica diramazione ufficiale in Europa
- 1996 - 1998**
G.M.° Zhong Lian Bao, discendente in linea diretta (5° generazione) di Maestri del Nord. Qi Xing TangLang Quan
- Diploma di Stile (2): diplomi di stile, non di insegnante
- 1995-1996**
M.° Johnny Portorreal Reyes, Vicepresidente della Federazione Internazionale delle arti marziali (Kung Fu dominicana)
Aracnide Kung Fu Scorpione. 3 allenamenti tecnici (da 3 ore ciascuno)
- Attestato di partecipazione
- Maggio 1995**
M.° Carlos Hernandez, allievo diretto del **M.° Paul Vunak**
Jeet Kune Do Concepts. 4 Seminari della durata di 2-3 giorni ciascuno, sul suo metodo
- Diplomi di allenamento. Seminari ed allenamenti certificati.

ALTRI SISTEMI STUDIATI

Giapponesi:	Karate Wadoryu (M.° Y. Yoshioka); Aikido e Ju-Jitsu (M.° I. Imura): Stages e Allenamenti (1976 – 1977)
Coreani:	Taekwondo (M.° J. Jung): Stages e Allenamenti
Vietnamiti:	Viet Vo Dao (M.° V.H. Vin): Allenamento Tecnico (1977-1978)
Filippini:	Kali - Escrima (M.° A.G. Lalic) - Coltello (M.° G.G. He): Allenamento Tecnico (1978 - 4 mesi)

CHI KUNG E GINNASTICA POSTURALE CINESE

• <u>Date (da – a)</u> • Maestro	1998 – Attuale
• Stile oggetto di studio ed allenamento	G.M.° Gin Foon Mark
• Qualifica conseguita	Chi Kung dei 6 Suoni Terapeutici
• <u>Date (da – a)</u> • Maestro	Abilitato all'insegnamento, unica scuola in Europa abilitata dal G.M. Gin Foon Mark, all'insegnamento di questo sistema
• Stile oggetto di studio ed allenamento	1968 – (6 mesi)
• Qualifica conseguita	M.° Chang Chiu Li
• <u>Date (da – a)</u> • Maestro	Gong MingXin (Chi Kung di scuola Taoista).
• Stile oggetto di studio ed allenamento	Kiang Jiang - Ginnastica Cinese di scuola Taoista (denominata "posturale di scuola orientale")
• Qualifica conseguita	Specializzazione
• <u>Date (da – a)</u> • Maestro	1966 - 1968
• Stile oggetto di studio ed allenamento	M.° Tang Yun Kuo
• Qualifica conseguita	Gong MingXin (Chi Kung di scuola Taoista)
	Kiang Jiang - Ginnastica Cinese di scuola Taoista (denominata "posturale di scuola orientale")
	Specializzazione

QUALIFICHE SPORTIVE ED ATTESTATI

• <u>Date (da – a)</u> Qualifica /Attestato o Nomina	2010 - Attuale
• <u>Date (da – a)</u> Qualifica / Attestato o Nomina	Presidente A.S.D. (Associazione Sportiva Dilettantistica) K.T.S.- M.A.N.T.I.S. KUNG FU (Kung Fu TangLang del Sud – Martial Arts Nan TangLang Italian Style) - Logo dell'Ass.ne registrato presso l'Ufficio Italiano Brevetti e Marchi - U.I.B.M. e ASD regolarmente registrato al Registro Nazionale Coni
• <u>Date (da – a)</u> Qualifica / Attestato o Nomina	2006 – Attuale
• <u>Date (da – a)</u> Qualifica / Attestato o Nomina	Discepolo diretto del G.M.° Gin Foon Mark e Rappresentante Unico per l'Italia e l'Europa per lo Stile Jook Lum
• <u>Date (da – a)</u> Qualifica / Attestato o Nomina	2006
• <u>Date (da – a)</u> Qualifica / Attestato o Nomina	M.° 6° FiWuK Coni
• <u>Date (da – a)</u> Qualifica / Attestato o Nomina	2002
• <u>Date (da – a)</u> Corso	M.° 5° Duan U.S.E. Unione Sportiva Europea
• <u>Date (da – a)</u> Corso	27.01 – 13.04.2000
• <u>Date (da – a)</u> Qualifica / Attestato o Nomina	Attestato di Primo Soccorso, Palazzo della Provincia Feder. Italia, Dipartimento Sanità e Sport, 10.03.2000
• <u>Date (da – a)</u> Qualifica / Attestato o Nomina	Attestato Controllo Antidoping
	1998 - 2005
	Responsabile nazionale settore Arti Marziali A.S.I.(Alleanza Sportiva Italiana) - C.O.N.I. per lo stile TangLang Nan-Pai – settore Arti Marziali

- Date (da – a)

Qualifica / Attestato o Nomina
- Date (da – a)

Corso
- Date (da – a)

Qualifica / Attestato o Nomina
- Date (da – a)

Qualifica / Attestato o Nomina
- Date (da – a)

Qualifica / Attestato o Nomina
- Date (da – a)

Qualifica / Attestato o Nomina
- Date (da – a)

Qualifica / Attestato o Nomina
- Date (da – a)

Qualifica / Attestato o Nomina
- Date (da – a)

Qualifica / Attestato o Nomina
- Date (da – a)

Qualifica / Attestato o Nomina
- Date (da – a)

Qualifica / Attestato o Nomina
- Date (da – a)

Qualifica / Attestato o Nomina
- Date (da – a)

Qualifica / Attestato o Nomina
- Date (da – a)

Qualifica / Attestato o Nomina
- Date (da – a)

Qualifica / Attestato o Nomina

15.06.1997

Responsabile commissione tecnica regionale **F.I.W.U.K - C.O.N.I.** per gli stili tradizionali
Collaboratore Tecnico Nazionale **F.I.W.U.K. - C.O.N.I.**

Maestro 5° Duan – F.I.W.U.K – C.O.N.I

22.11.1997

Attestato di Primo Soccorso e Procedure di urgenza nella medicina sportiva, presso Domus
Mariae di Roma – A.S.I.

1996

Responsabile per la provincia di Roma dello stile: Qi Xing TangLang Quan del **M.° Zhong Lian
Bao** (Maggio 1996 - Giugno 1998). Attestato di stile (non di insegnante).

Responsabile commissione tecnica regione Lazio **F.I.W.U.K. – C.O.N.I.** per gli Stili tradizionali
Insegnante tecnico Maestro – **C.N. 5° DUAN F.I.W.U.K. – C.O.N.I. (settore tradizionale)**

1995

Insegnante tecnico Maestro - **C.N. 4° CHIEH F.I.T.A.K. - CONI**

Insegnante tecnico Maestro - **C.N. 5° DUAN F.I.W.U.K. - CONI** (Decorrenza 01/01/1996)

Insegnante tecnico Maestro – **C.N. 5° DUAN A.S.I.**

1994

Direttivo tecnico nazionale per lo stile Nan TangLang Pai. **I.M.A.D.A. C.N. Maestro 5° DUAN**

1993

Maestro - **C.N. 5° TUANG - US.ACLI - I.M.A.D.A - F.I.DI.CO - A.S.I.** (Ass. riconosciute **CONI**)

Maestro 5° tuang – I.M.A.D.A. (Budopass)

1992

Diploma Cintura Nera IV Chieh (duan) di Wushu Sanda

01.01.1991

settore Kung Fu Wushu Sanda - Insegnante tecnico Maestro - **C.N. 4° CHIEH F.I.T.A.K. CONI**

01.01.1990

settore Kung Fu Wushu Sanda - Insegnante tecnico Istruttore - **C.N. 3° CHIEH - F.I.T.A.K.**

CONI

1989

Insegnante tecnico Istruttore - **C.N. 3° TUANG - F.I.W.U.K. - CONI**

Insegnante tecnico Federazione Italiana Wushu (F.I.W.)

1987

Insegnante tecnico settore Arti Marziali – Associazione italiana cultura e Sport A.I.C.S.
(Budopass)

1986

Insegnante tecnico Istruttore - **C.N. 2° TUANG - A.I.C.S.** (Budopass)

1983

Insegnante tecnico Istruttore **F.I.K.T.E.D.A. - CONI - C.N. 2° TUANG**

1979

Istruttore – U.I.S.P. (Unione Italiana Sport Popolari) - Budopass

CORSI, CONVEGNI e SEMINARI

- Date (da – a)

Seminario

06 – 13 Ottobre 2015

Organizzazione come Maestro di alcuni Seminari a Roma ed a Bologna con il caposcuola
mondiale dello Stile Kwoon Sai Jook Lum Southern Praying Mantis, il Gran Maestro Gin Foon
Mark.

Seminario di Kung Fu – Chi Kung – Calligrafia e Pittura da Tempio

- Date (da – a)
Seminario/Evento

4-6 Maggio 2012 (3 giorni-2 notti)
Organizzazione insieme ad uno staff dedicato, come Maestro, del 2° Seminario Evento presso Trevi (Italia) con il caposcuola mondiale dello Stile Kwoon Sai Jook Lum Southern Praying Mantis, il Gran Maestro Gin Foon Mark. Seminario di Kung Fu – Chi Kung dei “Sei Suoni terapeutici” e lezioni di pittura tradizionale cinese.
- Date (da – a)
Seminario

19-21 Ottobre 2012
Corso aggiornamento per Insegnanti Tecnici
A.S.C. presso centro Giulio Onesti Acqua Acetosa di Roma
- Date (da – a)
Seminario

9 Maggio 2012
Organizzazione come Maestro di un Seminario a Roma (Palestra Planet Sport) con il caposcuola mondiale dello Stile Kwoon Sai Jook Lum Southern Praying Mantis, il Gran Maestro Gin Foon Mark.
Seminario di Kung Fu.
- Date (da – a)
Seminario

26 Marzo 2012
Pak Hok Pai, Rimini, con il Maestro Carlo Tonti, allievo diretto del G.M. Cheung Kwoh Kwah
- Date (da – a)
Seminario

Maggio 2011
Pak Hok Pai, Rimini, con il Grand Master Chueng Kwoh Kwah
- Date (da – a)
Corso

2010 Marzo
“La terapia med. nello sportivo e rischio di positività al controllo anti-doping”, Assessorato salvaguardia e cura della salute della Provincia di Roma, Presidenza del Consiglio, Assessorato allo Sport, Turismo e Spettacolo (10.03.2010) - - A.S.I. Feder Italia (Roma).
- Date (da – a)
Corso

27 / 28.02.2010
F.I.W.U.K. / C.O.N.I. – Aggiornamento Insegnanti Tecnici
- Date (da – a)
Seminario/Evento

2007
Organizzazione come Maestro, a Roma, di un seminario con il caposcuola mondiale dello Stile Kwoon Sai Jook Lum, il Gran Maestro Gin Foon Mark, proprio Gran Maestro di stile.
Seminari di Kung Fu – Chi Kung dei “Sei Suoni terapeutici” ed Agopuntura, con lezioni di pittura tradizionale cinese. Per la prima volta il G.M.° è venuto a Roma per il suo Stile di Kung Fu.
- Date (da – a)
Seminario

19.05.2006
1° Seminario NANBUDO (Yoshinao Nanbu), Caposcuola Mondiale del suo stile
- Date (da – a)
Convegno

2003 Maggio
Cultura e Sport e Salute, Convegno Feder. Italia, presso S.Maria delle Fornaci, (Roma)
- Date (da – a)
Seminario

05.03.1998
Seminario Marco Ruas, caposcuola Mondiale del Valetudo
- Date (da – a)
Corso

22.11.1997
Primo Soccorso e Procedure di urgenza nella medicina sportiva, presso Domus Mariae di Roma – A.S.I.
- Date (da – a)
Convegno

13.12.1997
V° Convegno Sport Salute Terza e Quarta Età presso Domus Mariae di Roma – A.S.I. Feder. Italia (Feder Lazio Patrocinio Consiglio Regione Lazio)
- Date (da – a)
Seminario

13.03.1993
Seminario Internazionale con Yao Hwa Chin (Hung Gar) – Dynamite Club Roma – I.M.A.D.A.
Attestato di partecipazione
- Date (da – a)
Corso

14.06.1992
Comm.ne Nazionale Wushu-Sanda. Aggiornamento per insegnanti tecnici F.I.T.A.K. – C.O.N.I. (Rimini)
- Date (da – a)
Seminario

15 / 16.02.1992
Stage di Sanda diretto dal M.° Ng Shau Yin (Roma)
- Date (da – a)
Corso

16 - 19.01.1991
Corso Scuola dello Sport multimediale per Insegnanti Tecnici presso il Centro Nazionale Addestramento “Tirrenia” corsi territoriali di formazione per il Wushu Kung Fu – Scuola nazionale Toscana, Scuola dello Sport/ Divisione attività didattica F.I.T.A.K. – C.O.N.I. (Pisa). Attestato.

- Date (da – a) **25 / 27.01.1991**
Corso
Comm.ne Nazionale Wushu-Sanda. Stage nazionale di aggiornamento (Rimini) F.I.T.A.K. – C.O.N.I. /
- Date (da – a) **22.09.1991**
Corso
Comm.ne Nazionale Wushu-Sanda. Aggiornamento per insegnanti tecnici e ufficiali di gara. Arbitro di Federazione italiana ed europea. (Cattolica)
- Date (da – a) **10.05.1980**
Corso
2° corso Arbitraggio di Giuria di KungFu Interstile, Assessorato allo Sport - Comune di Roma
- Date (da – a) **16.05.1980**
Corso o Convegno
Dojo Zen (Budopass) per lo stile Thieu Lum

**PARTECIPAZIONE, DOCENZE
e RISULTATI SPORTIVI
In qualità di Maestro o di
Istruttore con la propria scuola**

- Date (da – a) **10-11 Ottobre 2015**
Esibizione internazionale
1° Symposium delle Arti Marziali, Villaggio del Fanciullo - Bologna organizzato dalla rivista NMHM
- Date (da – a) **20.12.2014**
Esibizione internazionale
Dragon's Night (UIKT), Palapellicone di Ostia (Rm)
- Date (da – a) **19.12.2014**
Docenza
Docenza con Maestri e attori internazionali quali Vincent Lyn, Cynthia Rothrock, Leo Au Yeung, Han Yanwu, Cung Le (UIKT), Palapellicone di Ostia (Rm)
- Date (da – a) **19.12 - 21.12.2014**
Gara
World Traditional Kung Fu Championship (UIKT), Palapellicone di Ostia (Rm)
- Date (da – a) **30.11 - 01.12.2013**
Gara
International Dragon Cup Roma (UIKT), Genzano(Rm)
- Date (da – a) **01 – 02.06.2013**
Seminari e Docenze
International Martial Arts Day, Roma
- Date (da – a) **02 – 03.06.2012**
Seminari e Docenze
International Martial Arts Day, Roma
- Date (da – a) **01.04.2012**
Gara
Kung Fu Legend, Roma (WTKF)
- Date (da – a) **29.01.2012**
Gara
Dragon Cup Roma (WTKF)
- Date (da – a) **28-30.10.2011**
Docenza e Seminari
Marina di Carrara (MS), FESTIVAL DELL'ORIENTE E ARTI MARZIALI
- Date (da – a) **02.04.2011**
Docenza e Gara
Martial Arts Village, Festival del Fitness Foro Italico, Roma
- Date (da – a) **16.04. 2011**
Gara
International Kung Fu Championship, Civitavecchia
- Date (da – a) **12-13.02.2011**
Docenza
Stage Interstile, Bologna
- Date (da – a) **20-31.10.2010**
Gara
Marina di Carrara (MS), FESTIVAL DELL'ORIENTE E ARTI MARZIALI
- Date (da – a) **29-30.05.2010**
Docenza e Seminari
Martial Arts Day - Roma
- Date (da – a) **20.12.2009**
Gara
Roma DRAGON CUP 2009
- Date (da – a) **07-08.11.2009**
Gara, Evento
Marina di Carrara (MS) COPPA ITALIA FIWUK

- Date (da – a) **11-14.06.2009**
Gara, Evento Roma, 21° FESTIVAL DEL FITNESS, area arti marziali
- Date (da – a) **2007**
Gara Kwan Kung Fu Festival ; come insegnante gara valevole per la Coppa Italia (**CSEN**) con la KTS MANTIS
- Date (da – a) **2006**
Gara Kwan Kung Fu Festival; come insegnante gara valevole per la Coppa Italia (**CSEN**) con la KTS MANTIS
- Date (da – a) **22.12.2002**
Esibizione, Evento Roma, 2° MEMORIAL G. PANICHELLI
- Date (da – a) **05.05.2002**
Gara Roma, DRAGON CUP. - “*Tao Lu Mani Nude*”
- Date (da – a) **25.04.2002**
Esibizione, Evento Roma, Ostia Lido, 10ª FESTA DELLO SPORT
- Date (da – a) **28.10.2001**
Gara Roma, U.I.S.P. “Combattimento Tradizionale”
- Date (da – a) **Aprile 2000**
Esibizione, Evento Roma, FITNESS DAY
- Date (da – a) **04-06.04.1997**
Gara Perugia, 1st WORLD KUNG FU CUP, organizzata dalla C.K.A. con la collaborazione dello Shadow Wushu Association
- Date (da – a) **14.04.1997**
Gara Roma, CAMPIONATI REGIONALI FIWUK
- Date (da – a) **1996**
Gara Maestro e allenatore del 6° Torneo internazionale C.K.A.
- Esibizione, Evento Sport in Re di Roma. Serata di sport e spettacolo legata all'Associazione Studio Italiano Multicentrico per l'Embolia Polmonare (S.I.M.E.P.). Esibizione e spettacolo (04.10.1996)
- Date (da – a) **1995**
Gara Maestro e allenatore del 5° Torneo internazionale C.K.A.
- Date (da – a) **1993**
Esibizione, Evento Assessorato Sanità del Comune di Roma / Pres. Lazio in favore dell'Associazione Genitori Soggetti Autistici (ANGSA), “Serata per Voi” - TG1 Rai (29.01.1993). *In collaborazione con la palestra Dynamite Club.*
- Date (da – a) **06 / 07.04.1992**
Evento F.I.T.A.K. – C.O.N.I. / Campionato Regionale Comitato organizzatore del C.O.N.I. organizzato dal M.° Cossu (Roma)
- Date (da – a) **29.03.1991**
Gara Campionato Nazionale Wushu-Sanda Kung Fu (Reg. Lazio) organizzato dal M.° Cossu (Roma) F.I.T.A.K. – C.O.N.I.
- Date (da – a) **06 / 07.04.1991**
Gara Campionato Regionale Comitato organizzatore del C.O.N.I. organizzato dal M.° Cossu (Roma) F.I.T.A.K. – C.O.N.I.
- Date (da – a) **09.06.1988**
Esibizione Esibizione presso Hotel Quirinale (Roma) per l'Associazione Lions Club International
- Date (da – a) **25.10.1987**
Esibizione Esibizione presso Hotel Sheraton (Roma) per la palestra Workout

ARTICOLI PUBBLICATI e
Pubblicità In riviste
specializzate di Arti Marziali

- Date (da – a) **2014**
Rivista New Martial Hero Magazine, nr 19
Articolo/Titolo Le mani che danno il benvenuto: Master Mark accoglie le scuole di Jook Lum
Pubblicità Pagina pubblicitaria Ginnastica Cinese e Kung Fu

CAPACITA' E COMPETENZE

PERSONALI

PRIMA LINGUA Italiano

ALTRE LINGUE

- Capacità di lettura
- Capacità di scrittura
- Capacità di espressione orale

INGLESE
elementare
elementare
elementare

- Capacità di lettura
- Capacità di scrittura
- Capacità di espressione orale

CINESE
Elementare
Elementare – vocabolario tecnico specifico per le arti marziali
Elementare

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del D.lgs. 196 del 30 giugno 2003.

N.B. INSEGNANTE TECNICO, è la qualifica che indica prima il livello di Istruttore e poi di Maestro - è il livello di graduazione per la FITAK e la FIKUW CONI. Alcuni corsi o seminari citati non menzionano attestati ottenuti in quanto molti sono avvenuti in anni in cui il KungFu in Italia non era molto diffuso e i Maestri tradizionali cinesi non rilasciavano attestati. Alcuni nomi di Maestri cinesi potrebbero risultare discordanti nella traduzione in mandarino o cantonese in quanto tradotti da ideogrammi originali non sempre di facile interpretazione.

Gli attestati ed i diplomi sono visionabili sul sito www.sifucossu.it

Per ragioni di spazio sono stati inseriti e menzionati solo i corsi più importanti.

Sul sito www.sifucossu.it è possibile visionare la maggior parte delle certificazioni ed attestati sopra menzionati.

Data ____ Ottobre 2015 ____