

DONNE VINCENTI



SARA CARDIN

I.I.S. Luigi Einaudi - Cremona - 4Atg - Addari Ilaria - a.s. 2022/2023

Sara Cardin, è una karateka italiana, che ha vinto numerosi premi come un oro e un argento nel Mondiale, 4 ori europei e 20 titoli Italiani.

Nel 2013 conquista la medaglia d'argento negli Europei di Budapest, nel 2014 diventa prima nel ranking mondiale.

Dopo aver vinto il Campionato Italiano, conquista la medaglia d'oro ai Campionati Europei di Tampere.

Si arruola nell'esercito e diventa campionessa del mondo a Brema.

Durante un allenamento si rompe il legamento crociato anteriore della gamba sinistra; dopo l'operazione e una riabilitazione di 5 mesi e mezzo, ritorna in gara a Istanbul e arriva alla semifinale, al termine della quale

decide con i tecnici di ritirarsi per evitare di danneggiare con uno sforzo eccessivo la gamba. Nel 2018 Sara è stata infatti coinvolta dall'Esercito italiano, del quale lei è caporale maggiore, in una missione internazionale in Libano dove ha insegnato difesa personale a donne libanesi od altri contingenti militari. Durante la missione ha inoltre insegnato Karate a studenti degli istituti scolastici di Naqura e di Tibnin per veicolare messaggi importanti. E' la mia ispiratrice perché, quando l'ho vista alle olimpiadi nel 2014, mi sono innamorata maggiormente di questa disciplina. Ho scelto di rappresentare Sara Cardin per ringraziarla per avermi invogliato a non smettere di praticare il Karate.

CREDIT PHOTO: tribunatreviso.gelocal.it

SARA CARDIN

KARATE

**CAMPIONESSA OLIMPICA
RUSSIA 2014**

