IL VALORE DELLA PRATICA

Bilancio sociale 2023-2026

ASD Hibiki Aikido Dojo · Garbatella, Roma

HIBIKI DOJO
AIKIDO
GARBATELLA

合気道



AIKIDO

L’aikido (合気道) è un’arte marziale tradizionale giapponese, creata dal maestro Morihei Ueshiba (1883-1969). Il nome unisce tre parole: ai (合), armonia; ki (気), energia; dō (道), via.

È una pratica di relazione, in cui attraverso il contatto con l’altro impariamo il corretto impiego della nostra energia vitale e la gestione del conflitto in tutte le sue forme.

Il maestro Hiroshi Tada, fondatore dell’Aikikai d’Italia e allievo diretto di Ueshiba, insegna che ogni persona dovrebbe seguire una via o una forma d’arte per esprimere ciò che ha nel cuore e dare forma alla propria creatività. Anche per questo l’aikido è rimasto fuori dalla competizione sportiva.

INDICE

Lettera del Presidente e della Vicepresidente 4

Nota metodologica 5

Identità del dojo 7

- Hibiki 8
- Missione 9
- La Carta dei Valori 10
- Visione 11
- La comunità del dojo 12
- Gli stakeholder del dojo 13
- I temi più sentiti 14

Strategia di sostenibilità 15

- L'Agenda 2030 e il nostro contributo 16
- Un metodo su misura, passo dopo passo 17
- Governance 18
- Sociale 24
- Ambiente 29

Pratica sportiva 34

- La pratica in tre stagioni 36
- Molte strade, una pratica 37

Il triennio in sintesi 40

Il nostro impegno, 2026-2029 41

Come coinvolgeremo gli stakeholder 42

Chi ha curato il bilancio 43

Le parole di questo bilancio 44

Grazie e contatti 45

LETTERA DEL PRESIDENTE E DELLA VICEPRESIDENTE

Cari soci, care famiglie, cari amici del dojo,
da oltre dieci anni il nostro dojo vuole essere un luogo di riferimento dove le persone crescono, si incontrano, si mettono alla prova.

Tre anni fa ci siamo fatti una domanda semplice: che cosa può portare il dojo nella vita di chi lo frequenta e del quartiere in cui viviamo? Per rispondere abbiamo cominciato ad ascoltare. I questionari, il focus group, le assemblee, gli incontri informali e le riunioni con i genitori sono stati lo strumento che abbiamo utilizzato e che ci ha restituito un'immagine più ricca e variegata di quella che avevamo: il tatami è percepito come luogo di crescita personale, di relazioni, di valori condivisi. I soci hanno associato più spesso la nostra disciplina all'armonia, la stessa parola che compare in 'ai' nel nome aikido.

Da quell'ascolto sono nati la Carta dei Valori, gli Incontri Sostenibili (il nostro ciclo di incontri aperti su ambiente, cultura e società) e le giornate nei parchi con l'Ente Parco dell'Appia Antica e Legambiente Garbatella. Con Sport Senza Frontiere abbiamo corso la Run4Rome per sostenere l'accesso allo sport di bambini e ragazzi, e poi abbiamo portato l'aikido al loro Joy Summer Camp.

Il dojo è cresciuto nel tempo passando da 70 a 97 tesserati, con gli adulti quasi raddoppiati. In un Paese dove nascono sempre meno bambini, i corsi dei più giovani chiedono nuova attenzione, e nel piano per il prossimo triennio trovate come intendiamo dargliela. Continuiamo a chiederci che cosa porta le persone a sceglierci e, soprattutto, che cosa le fa restare.

Questo bilancio sociale racconta il percorso con i numeri e con le voci delle persone. Lo abbiamo scritto per chi fa parte di questa comunità e per chi vuole conoscerla, e lo pubblichiamo sul sito così che chiunque possa consultarlo e verificarlo.

Ringraziamo chi cresce con noi sul tatami, i soci che hanno portato agli Incontri le competenze del proprio lavoro, chi ha risposto ai questionari e i partner del territorio. Il prossimo triennio lo costruiremo insieme, con la stessa attenzione.

Con gratitudine



Riccardo Percaccio
Presidente



Arianna Orasi
Vicepresidente

NOTA METODOLOGICA 1/2

Perché tre anni

Questo è il nostro primo bilancio sociale. Copre tre stagioni perché sono quelle in cui abbiamo compreso l'importanza di una strategia di sostenibilità e siamo cresciuti verso il territorio, per fare comunità. Per questo rendicontiamo ciò che abbiamo fatto in questo periodo.

Perimetro e periodo

Il documento riguarda l'ASD Hibiki Aikido Dojo e tre stagioni sportive, 2023/24, 2024/25 e 2025/26, ciascuna da settembre a luglio; i fatti di agosto sono attribuiti alla stagione che comincia. Raccontiamo il dojo in quattro ambiti: governance, pratica sportiva, sociale e ambiente. Il Sociale raccoglie gli eventi di sostenibilità, l'Ambiente rilegge quelli all'aperto: le presenze dei due ambiti si leggono separatamente, perché sommate conterebbero due volte gli stessi eventi.

Fonti dei dati

I valori degli indicatori sono stati forniti da noi a partire dal registro delle presenze, dal gestionale delle anagrafiche, dal calendario dei corsi e dei seminari e dal rendiconto economico. Le presenze agli eventi del 2024/25 vengono dalla pagina Sostenibilità del nostro sito. Le voci delle persone vengono dai questionari 2023/24 e 2024/25 e dai materiali del focus group e della Carta dei Valori.

Eventi nostri e con i partner

Sono nostri gli eventi ideati da noi, anche con l'ospitalità o il sostegno di un partner. Sono con i partner quelli organizzati da altri o insieme ad altri.

Riferimenti

Come riferimento per gli obiettivi abbiamo scelto l'Agenda 2030 delle Nazioni Unite.

Approvazione

Per nostra scelta, il documento è approvato dal consiglio direttivo e presentato ai soci in assemblea a dicembre 2026.

NOTA METODOLOGICA 2/2

Presenze e stime

Agli eventi contiamo le presenze: chi partecipa a più eventi viene contato ogni volta. Per ogni evento indichiamo se il dato è registrato o stimato, e segniamo con un asterisco le cifre che contengono stime. Sono stime le presenze agli Incontri Sostenibili del 2025/26 e a L'universo 2026, contate sulle foto dei partecipanti; alla Festa di Sport e Sostenibilità, dove usiamo il minimo di una stima tra 300 e 400; alla festa dei dieci anni del dojo, dove le presenze superano le 100 e ne contiamo 100. Alla Run4Rome contiamo la nostra squadra, 5 persone: 4 staffettisti e 1 accompagnatore in bici. La raccolta fondi della corsa, aperta a tutti, ha sostenuto il Joy Summer Camp, dove due nostri istruttori hanno insegnato aikido: lì contiamo tutti i ragazzi e gli istruttori presenti, 80 persone, dato registrato.

Ore

Le ore di corso offerte agli adulti comprendono corsi e seminari organizzati da noi. Per il 2025/26 sono calcolate sull'orario settimanale fisso di 7,5 ore: 315 ore di corso più 30 ore di seminari. Le ore di pratica sono le ore di lezione moltiplicate per le presenze a lezione, registrate una per una con un'app.

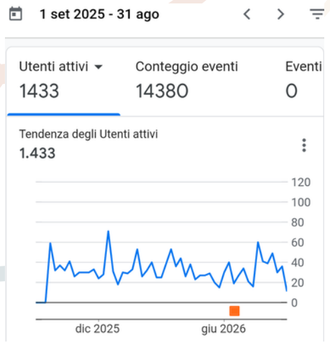
Età

Nel bilancio sono "giovani" i tesserati fino a 19 anni e "adulti" quelli dai 20 in su. L'età è quella al 31 dicembre dell'anno in cui comincia la stagione. Tasso di rinnovo e abbandoni sono calcolati sui tesserati Aikikai d'Italia del dojo: rinnova chi è tesserato anche nella stagione successiva, abbandona chi non lo è più.

Questionari e cambi di metodo

Hanno risposto 52 persone nel 2023/24, cioè 26 soci adulti e 26 genitori, e 44 nel 2024/25, cioè 30 soci adulti e 14 genitori. Nel 2023/24 il questionario dei genitori raccoglieva giudizi a parole, nel 2024/25 voti da 1 a 5, per questo i due anni non sono confrontati direttamente. Nel 2025/26 non abbiamo fatto una nuova rilevazione strutturata e l'ascolto è passato per riunioni, confronti dopo gli eventi e messaggi.

Sito web



Le visite al sito sono misurate con Google Analytics. Indichiamo gli utenti attivi dal 1° settembre 2025 al 31 agosto 2026: 1.433.

PARTE PRIMA

IDENTITÀ DEL DOJO

Chi siamo, in che cosa crediamo, chi pratica con noi e con chi lavoriamo sul territorio.

Hibiki

Missione

La Carta dei Valori

Visione

La comunità del dojo

Gli stakeholder

I temi più sentiti

HIBIKI

Hibiki (響) significa risonanza, o vibrazione. Il kanji unisce due segni: in alto 郷, il villaggio o paese natale, in basso 音, il suono. Lo abbiamo scelto perché praticare aikido, per noi, significa entrare in risonanza con l'altro, ascoltarlo, adattarsi al suo ritmo, accoglierne l'energia e trasformarla, in un equilibrio continuo che diventa meditazione in movimento.

Dal **2014** il dojo Hibiki porta l'aikido a Garbatella, Roma. Nel 2025/26 sul nostro tatami, nella sede dell'Istituto Cesare Baronio in via delle Sette Chiese, si sono allenate 97 persone di tutte le età, dai bambini di 7 anni agli adulti oltre i 65: corsi per bambini, ragazzi e adulti, armi, seminari e un summer camp ogni estate. Negli ultimi tre anni abbiamo scelto di guardare al dojo anche come luogo educativo e di comunità.

Nel triennio abbiamo lavorato con cinque partner.

LE PERSONE · 2025/26

97 
tesserati, +39% in tre stagioni

60
adulti, dai 20 anni in su

37 
bambini e ragazzi, fino a 19 anni

39 
donne, +26% in tre stagioni

LA COMUNITÀ DIGITALE · FOLLOWER E RECENSIONI AL 1/11/2026

1.433
utenti del sito in un anno

498
follower Instagram

892
follower Facebook

5
su 5, da 20 recensioni Google

IL NOSTRO PERCORSO

14 
cinture nere

15
seminari in tre anni, 424 presenze

9.606
ore di pratica degli adulti in tre stagioni

1.439
ore di lezione offerte ad adulti, bambini e ragazzi in tre stagioni

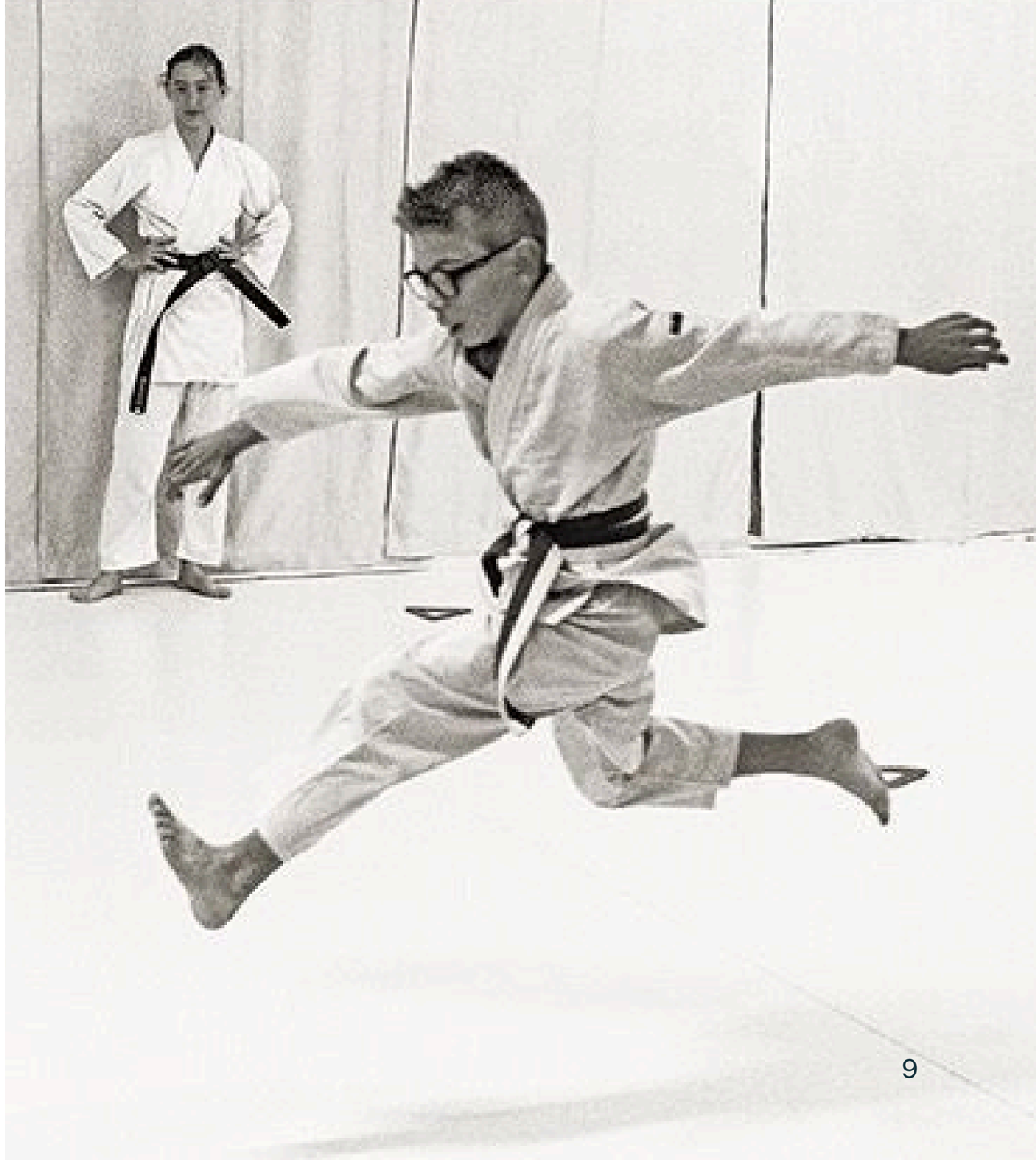
Il kanji 'Hibiki' sullo sfondo a sinistra è stato realizzato da Beatrice Testini

PERCHÉ ESISTIAMO

MISSIONE

Coltiviamo le competenze per la vita attraverso la pratica dell'aikido.

Il nostro dojo è uno spazio educativo in cui, attraverso il movimento, la relazione e l'impegno costante, si sviluppano abilità fondamentali per la crescita personale e sociale: consapevolezza di sé, gestione delle emozioni, empatia, cooperazione, resilienza. Guidati dai valori dell'armonia, del rispetto e della responsabilità, accompagniamo ogni praticante, giovane o adulto, in un percorso di apprendimento continuo, dentro e fuori dal tatami.



LA CARTA DEI VALORI

Presentata ai soci il 27 giugno 2025. Sette valori sono nati dai questionari e dal focus group, due (*coerenza* e *responsabilità*) li ha proposti la direzione.





DOVE VOGLIAMO ARRIVARE

VISIONE

Vogliamo contribuire a un futuro più sostenibile, consapevole e inclusivo.

Crediamo nella costruzione di reti attive con le realtà del territorio che condividono l'impegno per lo sviluppo sostenibile. Il nostro obiettivo è generare impatto positivo, attraverso iniziative culturali, sociali e ambientali che estendano i principi dell'aikido oltre il dojo. In particolare, vogliamo rendere accessibile questa disciplina a un numero crescente di giovani, offrendo loro uno spazio dove allenarsi, crescere e contribuire al benessere della comunità.



LA COMUNITÀ DEL DOJO

Fascia d’età	2023/24	2024/25	2025/26
7-11 anni	15	11	12
12-15 anni	20	17	18
16-19 anni	4	7	7
20-26 anni	6	5	9
27-35 anni	5	10	11
36-45 anni	4	11	11
46-55 anni	10	15	17
56-65 anni	5	6	8
66-80 anni	1	3	4
Totale	70	85	97

+39%
tesserati in tre stagioni, da 70 a 97

31 → 50 → 60
adulti dai 20 anni

39 → 35 → 37
under 20 nelle tre stagioni

31 → 33 → 39
donne tesserate in tre stagioni

Fonte: anagrafiche del dojo elaborate con Power BI, tavole dati del bilancio sociale

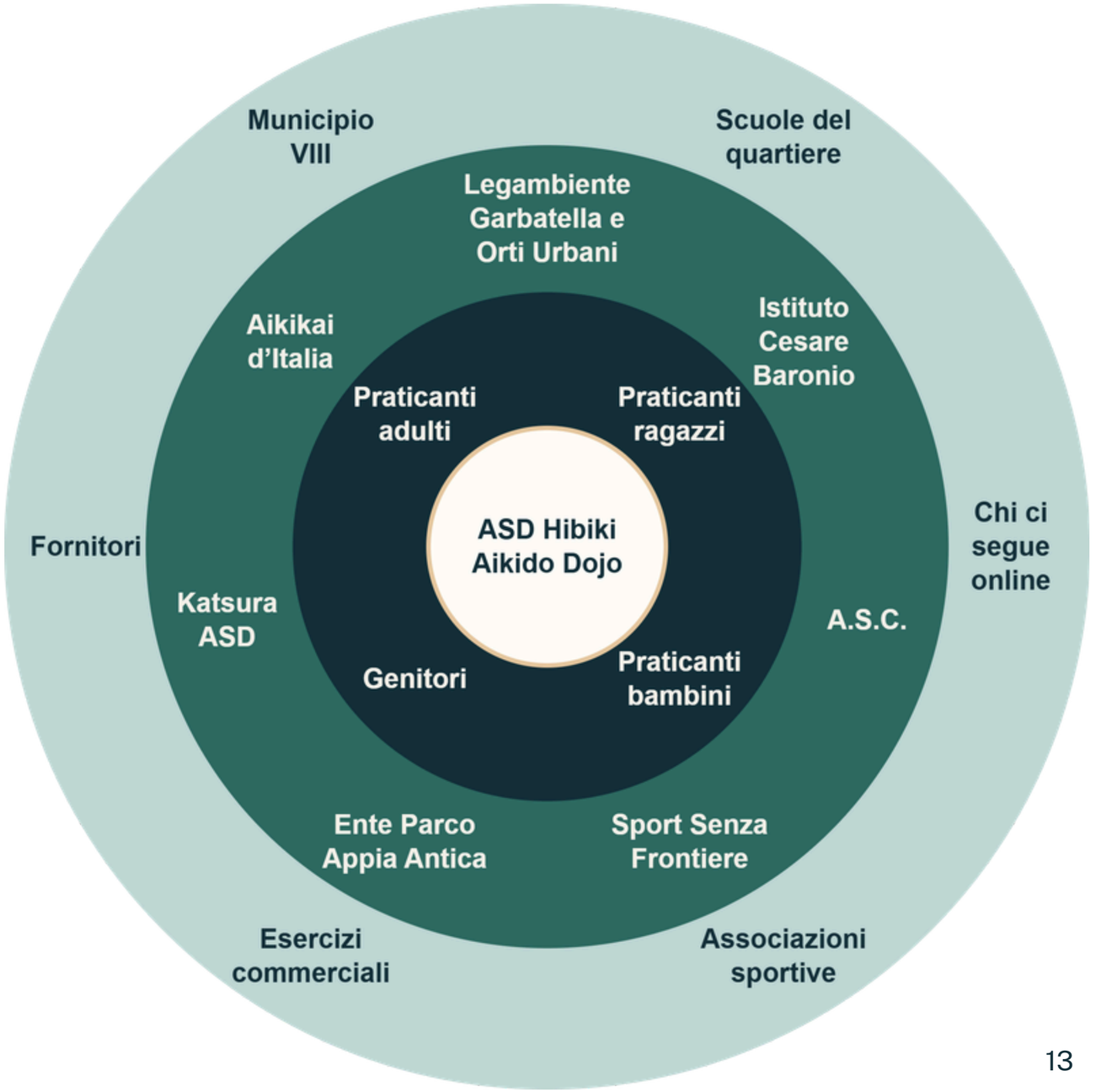
GLI STAKEHOLDER DEL DOJO

Sono le persone e le organizzazioni che hanno un interesse nel dojo. Più un cerchio è vicino al centro, più il legame con il dojo è stretto e l'influenza reciproca è forte.

- **La comunità del dojo**
  Chi pratica sul tatami e le famiglie. Li coinvolgiamo con assemblee e riunioni con i genitori, con questionari e focus group nei primi due anni, e ogni mese con l'*aperidojo*, un momento conviviale per stare insieme fuori dal tatami.

- **Chi lavora con noi**
  I cinque partner del triennio e gli enti sportivi di riferimento, con cui realizziamo progetti ed eventi.

- **Il territorio**
  Istituzioni, scuole, associazioni e attività del quartiere, e chi ci segue online. Ci incontriamo alla Festa e agli eventi nei parchi.



L’ANALISI DI MATERIALITÀ

I TEMI PIÙ SENTITI

Nel primo questionario, nel 2023/24, abbiamo chiesto ai soci adulti di indicare i temi di sostenibilità più importanti per loro. Hanno risposto in 26. Le percentuali dicono quanti di loro hanno scelto ciascun tema. Sono i temi materiali, cioè quelli su cui concentriamo il nostro lavoro.

1 · SOCIALE

Uguaglianza e inclusione

58%

dei soci adulti lo ha scelto

Quote ridotte, voucher, ruoli condivisi tra donne e uomini

2 · AMBIENTE

Economia circolare

58%

dei soci adulti lo ha scelto

I dogi usati raccolti e regalati ai nuovi arrivati

3 · PRATICA SPORTIVA

Salute e benessere

54%

dei soci adulti lo ha scelto

La pratica sul tatami, le attività nel parco

4 · PRATICA SPORTIVA

Sostegno di tutte le abilità

54%

dei soci adulti lo ha scelto

Competenze per la vita, relazione e sicurezza in sé, pratica adattata alle difficoltà di ognuno

5 · GOVERNANCE

Tutela dei giovani

42%

dei soci adulti lo ha scelto

La policy di Safeguarding, adottata nel 2024 con una responsabile dedicata, e due riunioni l’anno con i genitori

Fonte: questionario soci adulti 2023/24, 26 rispondenti; fino a 4 temi ambientali e 5 sociali a testa, più uno libero per ambito

PARTE SECONDA

LA STRATEGIA DI SOSTENIBILITÀ

Per noi sostenibilità significa curare come decidiamo, che cosa portiamo alle persone e al quartiere, come viviamo il territorio. La rendicontiamo in tre ambiti collegati agli obiettivi dell'Agenda 2030, più la pratica sportiva, che ha una parte propria.

Governance

Come ascoltiamo, decidiamo, tuteliamo e collaboriamo.

Sociale

Verso le persone e la comunità.

Ambiente

Nei parchi e sul territorio.

L’AGENDA 2030 E IL NOSTRO CONTRIBUTO

L’Agenda 2030 è il programma adottato dai Paesi delle Nazioni Unite nel 2015: 17 obiettivi di sviluppo sostenibile, detti SDG, da raggiungere entro il 2030 su temi come salute, istruzione, parità, ambiente e pace. Riguarda governi, imprese e associazioni. Noi ne seguiamo otto: sette scelti nel nostro percorso di ascolto e il 16, emerso dalla rendicontazione.



3 Salute e benessere
La pratica sul tatami e Caffarella Respira.
PRATICA SPORTIVA



5 Parità di genere
Due donne e un uomo nel direttivo, tre donne su quattro istruttori.
GOVERNANCE · PRATICA SPORTIVA



11 Città e comunità sostenibili
La Festa di Sport e Sostenibilità, gli eventi nei parchi, la raccolta dei dogi usati.
SOCIALE · AMBIENTE



16 Pace, giustizia e istituzioni solide
Il Safeguarding, il ciclo su forza, violenza e guerra, la partecipazione dei soci.
GOVERNANCE



4 Istruzione di qualità
Gli Incontri Sostenibili, aperti a soci, famiglie e quartiere.
SOCIALE · PRATICA SPORTIVA



10 Ridurre le disuguaglianze
Quote ridotte per chi studia e per le famiglie in difficoltà, voucher sportivi, Joy Summer Camp.
SOCIALE



13 Lotta contro il cambiamento climatico
L’incontro sul clima e le attività nel Parco dell’Appia Antica.
AMBIENTE



17 Partnership per gli obiettivi
I cinque partner del triennio.
GOVERNANCE · SOCIALE

UN METODO SU MISURA, PASSO DOPO PASSO

Siamo una piccola associazione. Per questo abbiamo scelto poche priorità, usato i dati che già raccoglievamo e cominciato dall'ascolto delle persone: prima di organizzare un solo evento di sostenibilità abbiamo chiesto a soci e famiglie che cosa contasse per loro. Il percorso si è svolto in cinque fasi, e ci ha dato gli strumenti per vedere e orientare la nostra crescita.

Ascoltare 2023/24 e 2024/25	**Luglio 2024** e **maggio 2025**: due rilevazioni, ciascuna con un questionario per i soci adulti e uno per i genitori, 96 questionari in tutto. **14 giugno 2025**: focus group con i soci. Dalle risposte sono emersi i temi più sentiti.
Decidere 2024/25	**24 agosto 2024**: policy di Safeguarding. **27 giugno 2025**: la Carta dei Valori, scritta con i soci. Abbiamo scelto i quattro ambiti da rendicontare, governance, pratica sportiva, sociale e ambiente, e gli obiettivi dell'Agenda 2030 da seguire.
Agire 2024/25 e 2025/26	**21 novembre 2024**: primo Incontro Sostenibile, e da novembre 2025 il ciclo su forza, violenza e guerra. Nel 2026 la Run4Rome (22 marzo), Caffarella Respira (12 aprile), la prima Festa di Sport e Sostenibilità (16 maggio) e il Joy Summer Camp (5 e 6 luglio). In due stagioni, 14 eventi di sostenibilità, una didattica più ricca sul tatami e la pratica nei parchi.
Verificare 2025/26	Abbiamo riletto i dati che raccogliamo già, dalle presenze alle anagrafiche, per vedere come siamo cresciuti.
Rendicontare 2026/27	Questo bilancio sociale, presentato ai soci e pubblicato sul sito.

SOSTENIBILITÀ · GOVERNANCE

GOVERNANCE

Prima di agire abbiamo ascoltato. Dalla voce di soci e famiglie sono nati i valori che oggi ci guidano.



ASCOLTARE PER DECIDERE

ASCOLTIAMO

5
assemblee dei soci
nel triennio

5
riunioni con i genitori
una nel 2023/24, poi due l'anno, a metà e a fine anno

96
questionari compilati
in due rilevazioni, poi un focus group a giugno 2025

CI DIAMO REGOLE

9
valori nella Carta
7 nati dai questionari e dal focus group, 2 dalla direzione

1
regolamento
l'etichetta del dojo e le norme per i soci

2024
policy di Safeguarding
adottata il 24 agosto, con una responsabile dedicata

CHI GUIDA IL DOJO

2 su 3
donne nel consiglio direttivo
la vicepresidente e la tesoriera

3 su 4
istruttori sono donne
sul tatami

5
persone formate al BLSD
primo soccorso e defibrillatore, giugno 2025

Fonte: tavole dati del bilancio sociale e verbali del dojo

SAFEGUARDING

Il 24 agosto 2024 abbiamo adottato la policy di Safeguarding prevista dalla riforma dello sport e nominato la responsabile, la dott.ssa Silvia Piranomonte. La policy tutela bambini, ragazzi e adulti da abusi, violenze e discriminazioni, e si collega ai valori della nostra Carta: rispetto, empatia e fiducia, responsabilità.



PER SEGNALAZIONI

Dott.ssa Silvia Piranomonte, responsabile Safeguarding

safeguarding@hibikiaikidodojo.it

Chiunque può rivolgersi alla responsabile: soci, genitori, istruttori, ospiti.

Il testo della policy è su hibikiaikidodojo.it/policysafeguarding

CHI SIAMO: ORGANI, PERSONE, CONTI

Organi sociali

Presidente: Riccardo Percaccio

Vicepresidente e responsabile didattica del corso bambini: Arianna Orasi

Consiglio direttivo: presidente, vicepresidente e tesoriera. Da dicembre 2024 la tesoriera è la prima iscritta del dojo, con noi dal 2014.

Responsabile Safeguarding: dott.ssa Silvia Piranomonte

Persone

Istruttori e qualifiche: 4, di cui 3 donne. Guidano la didattica Riccardo Percaccio e Arianna Orasi, entrambi V dan Aikikai d'Italia e Aikikai di Tokyo; Arianna Orasi è anche II dan di Iaido (CIK). Con loro insegnano due assistenti.

Affiliazioni: Aikikai d'Italia, sotto la direzione didattica del Maestro Hiroshi Tada; A.S.C. come ente di promozione sportiva. Iscritti al Registro nazionale delle attività sportive dilettantistiche.

Trasparenza economica

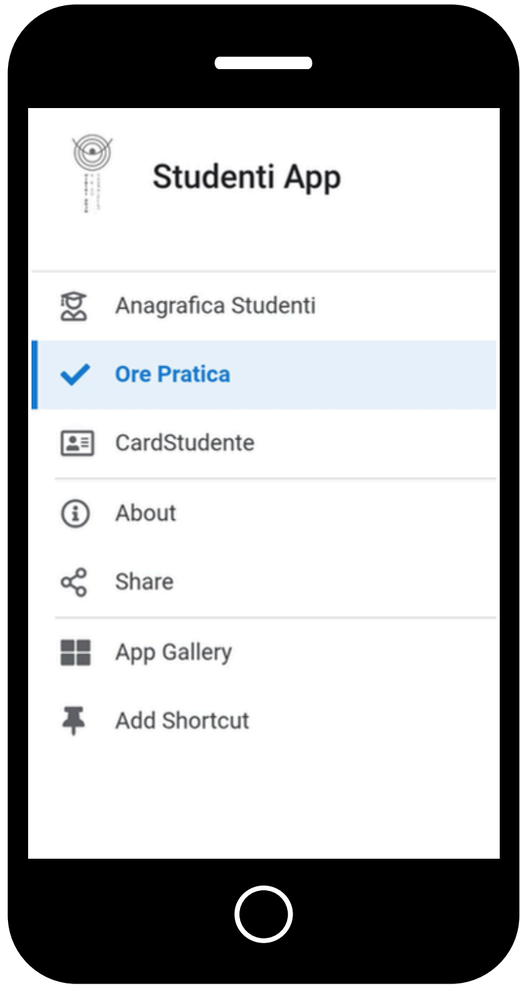
Il rendiconto economico è approvato ogni anno dall'assemblea dei soci ed è a disposizione di tutti i tesserati.

Quote: chi studia, dal liceo all'università, paga una quota ridotta, in alcuni casi fino ai 29 anni. Hanno avuto una quota ridotta o un voucher 11 tesserati nel 2023/24, 10 nel 2024/25 e 10 nel 2025/26.

STRUMENTI PER UNA GOVERNANCE PIÙ STRUTTURATA

Crescendo, abbiamo capito che avevamo bisogno di una governance più strutturata, e nel triennio abbiamo costruito passo dopo passo gli strumenti per sostenerla.
Nel 2023/24 abbiamo adottato un'app per registrare le presenze: oggi la usa la segreteria, e nel prossimo triennio la apriremo anche ai praticanti.
Nel 2024/25 abbiamo cominciato a usare Power BI, un programma di analisi dei dati, per confrontare tra loro tesseramenti, affiliazioni all'Aikikai, certificati medici e registro delle presenze, e verificare che ogni dato torni.
Nel 2025/26 si è aggiunta l'app del diario delle lezioni, con cui registriamo la didattica svolta.
Intanto abbiamo usato sempre più a fondo Asso360, il programma che già avevamo per la contabilità: oggi inviamo le ricevute in formato digitale, risparmiando carta, e gli avvisi di scadenza via email.

Gran parte dei dati di questo bilancio viene da questi strumenti.



2023/24
App Presenze

2024/25
Controllo di gestione

2025/26
Diario delle lezioni

GOVERNANCE

LA PAROLA AI SOCI

FATTORI DI SUCCESSO

> *“Il dojo deve essere un luogo di amicizia e rispetto, dove ognuno è il benvenuto. […]”*
>
> Socio adulto, 2024/25

> *“[…] Maestri seri professionali ed accoglienti. Chiunque entra in dojo ne esce entusiasta… non solo i praticanti ma anche i familiari.”*
>
> Recensione Google

PROPOSTE DI MIGLIORAMENTO

> *“Mi piacerebbe un breve colloquio a fine anno per valutare l’andamento. Informale!”*
>
> Genitore, 2023/24
> La nostra risposta: dal 2024/25 facciamo due riunioni l’anno con i genitori, a metà e a fine anno, e siamo disponibili a parlare a fine lezione.



SOSTENIBILITÀ · SOCIALE

SOCIALE

Guardiamo anche fuori dal tatami. In due stagioni 14 eventi di sostenibilità e almeno 742 presenze, in parte stimate, con una scuola del quartiere e con un’associazione che offre sport a ragazzi che hanno meno occasioni di farlo.



SOCIALE · I NUMERI

IL DOJO VERSO GLI ALTRI

14

eventi di sostenibilità

10 Incontri Sostenibili, più Caffarella Respira, Run4Rome, Festa e Joy Summer Camp; 6 nel 2024/25, 8 nel 2025/26

357*

presenze ai nostri eventi

224 nel 2024/25, 133 nel 2025/26, quando 3 degli 8 eventi sono stati con i partner e contati a parte

385*

presenze con i partner

Festa, Run4Rome, Joy Summer Camp

1.248 €

donati da noi

Save the Children ogni mese dal 2021, AMKA, Sport Senza Frontiere; 200 € agli Orti Urbani, nell'ambito Ambiente

5

partner nel triennio

Istituto Cesare Baronio, Ente Parco Appia Antica, Legambiente Garbatella, Sport Senza Frontiere e Katsura ASD (Padova), nel progetto Erasmus+ Sport Green Dojos

7 su 10

Incontri Sostenibili tenuti da nostri praticanti

ricercatori, docenti e professionisti, tutti volontari

* comprende stime, vedi nota metodologica · Fonte: tavole dati del bilancio sociale

GLI EVENTI STAGIONE PER STAGIONE

Tutti i numeri indicano le presenze agli eventi

2024/25 • 6 eventi

Quattro incontri con l'Istituto Cesare Baronio, che ospita la nostra sede, e due all'aperto.



21/11/2024
Cambiamento climatico — 24

16/12/2024
Teatro Nō e teatro greco — 50

20/01/2025
Linguaggi digitali — 30

25/02/2025
L'arte del videogioco — 20

17/05/2025
Il mondo delle api — 40

07/06/2025
L'universo fuori e dentro di noi — 60

TOTALE PRESENZE **224**

2025/26 • 8 eventi

Cinque organizzati da noi, con 133 presenze*, e tre con i partner (°), con 385*. La Festa ha avuto il patrocinio del Municipio VIII e dell'ASviS.



29/11/2025
Forza vs violenza? — 27*

29/01/2026
Il linguaggio non verbale — 32*

21/02/2026
Perché la guerra? — 26*

22/03/2026
Run4Rome ° — 5

12/04/2026
Caffarella Respira — 18

16/05/2026
Festa di Sport e Sostenibilità ° — 300*

13/06/2026
L'universo, seconda edizione — 30*

05/07/2026
Joy Summer Camp ° — 80

PRESENZE, ALMENO **518***

*stima, vedi nota metodologica · ° evento con i partner · Fonte: tavole dati del bilancio sociale

DALLA CORSA AL CAMP

A marzo abbiamo corso la Run4Rome per sostenere il Joy Summer Camp di Sport Senza Frontiere. A luglio due nostri istruttori hanno portato l'aikido al camp. La catena qui sotto segue il progetto dalle risorse all'impatto atteso.





1	**Risorse**	5 persone alla Run4Rome, 2 istruttori al camp, 300 € versati da noi
2	**Attività**	Staffetta il 22 marzo 2026. Aikido al camp il 5 e 6 luglio
3	**Risultati**	616 € raccolti per il camp. 80 presenze al Terminillo tra ragazzi e istruttori
4	**Cambiamento**	*"Attraverso l'aikido abbiamo portato ai ragazzi l'importanza della relazione."* Istruttore del dojo al Joy Summer Camp
5	**Impatto atteso**	Più sport per ragazzi che hanno meno occasioni di farlo

Obiettivi Agenda 2030: 10 ridurre le disuguaglianze, principale · 3 salute e benessere · 17 partnership

SOCIALE

LA PAROLA AI SOCI

FATTORI DI SUCCESSO

> *“Essere uniti a praticare in un posto dove ceto sociale, razza e provenienza non esistono, un momento di pace e unità come una squadra o una famiglia”*
>
> Socio adulto, 2024/25

> *“All’Hibiki Dojo le ore di allenamento vanno ben oltre lo sport: crescita, rispetto e consapevolezza sono ciò che si pratica ogni giorno sul tatami.”*
>
> Sport Senza Frontiere, post del 4 marzo 2026

> *“Una famiglia dove è naturale la condivisione, la ricerca di nuove emozioni, gioie ed esperienze positive in un unico grande posto: il dojo”*
>
> Recensione Google

PROPOSTE DI MIGLIORAMENTO

> *“[...] a me piace molto l’idea di avere più momenti per i ragazzi di partecipare ad eventi dove incontrare altre associazioni [...]”*
>
> Genitore, 2024/25
> La nostra risposta: nel 2025/26 è nata la Festa di Sport e Sostenibilità, con le associazioni del territorio.



SOSTENIBILITÀ · AMBIENTE

AMBIENTE

Il nostro verde è quello del quartiere e del Parco dell’Appia Antica. Dal 2024/25 portiamo la pratica all’aperto, con l’Ente Parco e con le associazioni del quartiere.

AMBIENTE · I NUMERI

LA PRATICA ESCE ALL'APERTO

Indicatore	2023/24	2024/25	2025/26
Eventi all'aperto organizzati da noi	0	2	2
di cui con pratica nel parco	0	1	2
Presenze ai nostri eventi all'aperto	0	**100**	**48***
Eventi all'aperto con i partner	0	0	3
Presenze agli eventi all'aperto con i partner	0	0	**385***
Interventi sul verde	0	1	1

4,42

importanza dell'impegno ambientale per i soci adulti, su 5 (2023/24)

2

partner per l'ambiente: Ente Parco Appia Antica e Legambiente Garbatella, con gli Orti Urbani



Criterio: eventi svolti all'aperto, distinti tra quelli ideati da noi e quelli con i partner. Nostri: Il mondo delle api e L'universo (2024/25), Caffarella Respira e L'universo (2025/26). Con i partner: Run4Rome, Festa di Sport e Sostenibilità, Joy Summer Camp. Interventi sul verde, con un gruppo di allievi: manutenzione del giardino zen (17 novembre 2024) e rimozione delle piante parassite che lo avevano infestato (11 luglio 2026). * comprende stime.

Fonte: tavole dati del bilancio sociale

AMBIENTE · IL PROGETTO

I PARCHI COME TATAMI

Nel 2024/25 abbiamo portato i primi incontri all’aperto, con le api al Parco Garbatella e le stelle al Parco dell’Appia Antica. A fine maggio 2025 un socio ha chiesto nel questionario più lezioni all’aperto, e nel 2025/26 con l’Ente Parco la pratica nel parco è diventata un appuntamento.

7 giugno 2025 · 60 presenze

L’universo fuori e dentro di noi

Lezione di bokken al tramonto, un viaggio tra stelle e galassie, mindfulness collettiva.

12 aprile 2026 · 18 presenze

Caffarella Respira

Circa 5 km di camminata con movimento consapevole, respirazione ed esercizi ispirati all’aikido, con il Corpo Guardiaparco.

13 giugno 2026 · 30 presenze*

L’universo, seconda edizione

Astronomia e neuroscienze, mindfulness guidata e osservazione del cielo con uno smart telescope.



AMBIENTE

LA PAROLA AI SOCI

FATTORI DI SUCCESSO

> *“Armonia intesa sia verso sé stessi che con ambiente e relazioni circostanti, interni ed esterni dal dojo.”*
>
> Socio adulto, 2023/24

10 su 14

soci adulti presenti hanno trovato molto interessante l’incontro sulle api (2024/25)

PROPOSTE DI MIGLIORAMENTO

> *“[...] lezioni all’aperto, gite, più contatto con la natura e l’esterno, troppo tutto al chiuso”*
>
> Socio adulto, 2024/25
> La nostra risposta: nel 2025/26 abbiamo portato la pratica nel parco con Caffarella Respira e L’universo.

15 su 26

soci adulti chiedevano più economia circolare (2023/24)
La nostra risposta: raccogliamo i dogi usati, cioè le divise da pratica, che gli studenti ci portano e li regaliamo ai nuovi arrivati.





PARTE TERZA

PRATICA SPORTIVA

Il tatami è il cuore del dojo. In tre anni gli adulti sono quasi raddoppiati, con loro le ore di pratica, e la didattica si è aperta ad altre discipline. Obiettivi Agenda 2030: 3, 4, 5.

PRATICA SPORTIVA · I NUMERI

UN TATAMI CHE CRESCE

15

seminari nel triennio

424 presenze, con insegnanti di scuole e stili diversi

54

presenze da altri dojo

come minimo, ai seminari nel nostro dojo nel triennio

4.236

ore di pratica, adulti

ore di lezione per presenze nel 2025/26, quasi il doppio rispetto alle 2.196 del 2023/24

14

cinture nere

6 in più rispetto al 2023/24

148

esami nel triennio

72 adulti, 76 bambini e ragazzi

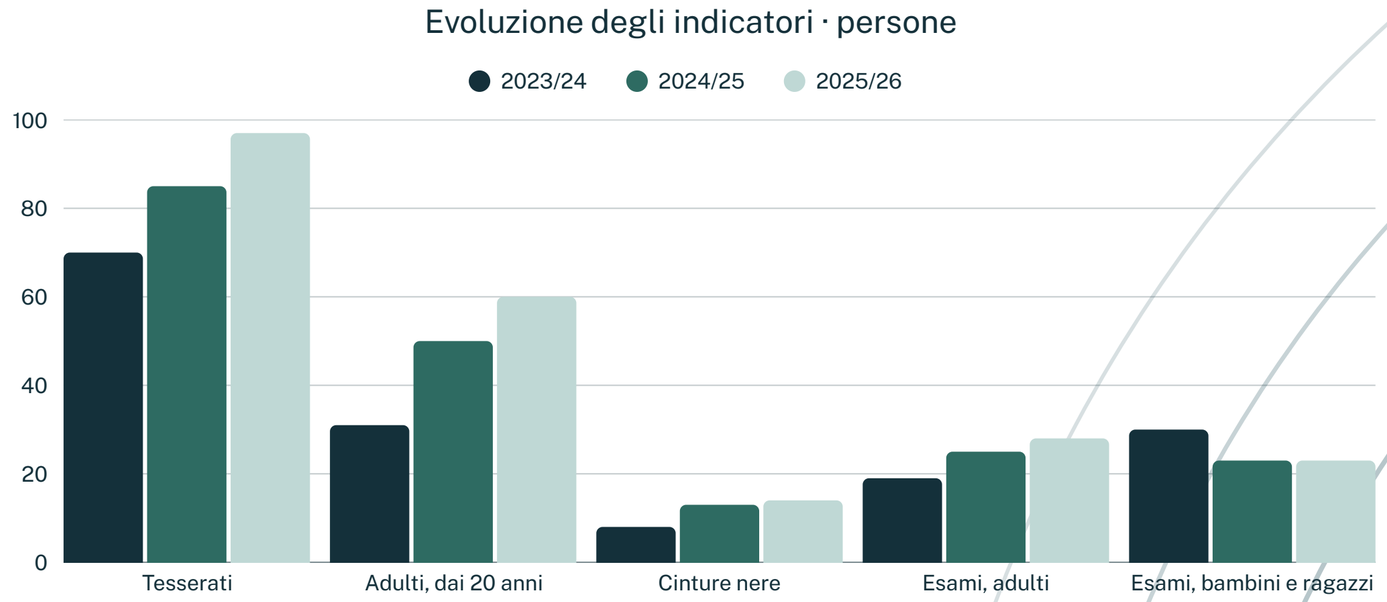
505

ore di corso offerte

nel 2025/26: 80 al corso bambini, 80 al corso ragazzi, 345 agli adulti, seminari compresi

Fonte: tavole dati del bilancio sociale

LA PRATICA IN TRE STAGIONI



Tesserati
70 → 85 → 97 **+39%**

Adulti, dai 20 anni
31 → 50 → 60 **+94%**

Cinture nere
8 → 13 → 14 **+75%**

Esami, adulti
19 → 25 → 28 **+47%**

Esami, bambini e ragazzi
30 → 23 → 23 **-23%**

RINNOVO E ABBANDONI · 2024/25 → 2025/26
Tasso di rinnovo 67% → 81%
Rinnovano 47 tesserati su 70, poi 68 su 84
Abbandoni sotto i 20 anni 36% → 20%
Lasciano 14 giovani su 39, poi 7 su 35

Sotto i 20 anni i tesserati sono 39, 35 e 37, e la loro quota scende dal 56% al 41% e poi al 38% perché crescono gli adulti. Il settore giovanile chiede attenzione: la fascia 7-11 anni passa da 15 a 12 tesserati e gli esami di bambini e ragazzi da 30 a 23. I tassi, calcolati sui tesserati Aikikai, vanno nella direzione giusta: il rinnovo sale dal 67% all'81% e gli abbandoni sotto i 20 anni scendono dal 36% al 20%. Il sostegno al settore giovanile resta tra gli impegni del prossimo triennio.

Fonte: tavole dati del bilancio sociale

PRATICA SPORTIVA · IL PROGETTO

MOLTE STRADE, UNA PRATICA

Lavoriamo su due fronti: la multidisciplinarietà, cioè l’incontro con altre discipline e altri stili, e la multilateralità, cioè lo sviluppo ampio delle capacità motorie.

81%

dei soci adulti, nel questionario 2023/24, indica la consapevolezza di sé tra le competenze per la vita sviluppate con l’aikido.

Le 2 ore settimanali di armi e meditazione, attive dal 2023/24, hanno trovato conferma nelle richieste dei soci.

Sul tatami

Nei corsi giovanili la tecnica si alterna a giochi, coordinazione e preparazione atletica, e i ragazzi diventano più sicuri, anche nelle relazioni. Con gli adulti adattiamo la pratica alle difficoltà di ognuno.

Nei seminari

Insegnanti di scuole e stili diversi e ospiti da altri dojo: cambiare maestro allena l’adattamento e l’ascolto.

Fuori dal dojo

Camminata e respiro con Caffarella Respira, mindfulness sotto le stelle con gli astrofisici dell’INAF, due nostri istruttori al Joy Summer Camp di Sport Senza Frontiere.

PRATICA SPORTIVA • LA MULTIDISCIPLINARIETÀ

KANGEIKO E SUMMER CAMP

Due appuntamenti in cui l’aikido si allena insieme ad altre discipline, e che crescono ogni anno: quasi metà delle ore va a yoga, corsa, meditazione, atletica e beach volley, che allargano le capacità motorie e il modo di stare nel proprio corpo.

Kangeiko • seminario intensivo per gli adulti

7 ore
di pratica complessive, in una giornata dalle 7 alle 17

4
discipline: aikido con le armi, yoga, meditazione, corsa all’aperto

11 • 18 • 23
partecipanti nelle tre stagioni, istruttori compresi



Il nostro summer camp • quattro giorni per i ragazzi

14 ore
di pratica complessive in quattro giorni: 8 di aikido, 4 di atletica, 2 di beach volley

2
istruttori della Federazione italiana di atletica leggera (FIDAL)

17 • 24 • 30
partecipanti nelle tre stagioni, istruttori compresi



Fonte: tavole dati del bilancio sociale

PRATICA SPORTIVA

LA PAROLA AI SOCI

FATTORI DI SUCCESSO

> *“[...] il dojo mi sembra un posto dove si può crescere insieme, anche grazie ai legami che si creano e a un buon clima di gruppo [...]”*
>
> Socio adulto, 2024/25

> *“L’Hibiki Aikido Dojo [...] è per noi [...] gioioso stimolo costante per i più piccoli a sviluppare la propria autodisciplina, il rispetto verso gli altri, la fiducia in loro stessi e le capacità di autodifesa [...]”*
>
> Genitori, recensione Google

4,53 su 5

Valutazione dell’insegnamento da parte dei soci adulti nel 2024/25, in crescita dal 4,31 del 2023/24.

PROPOSTE DI MIGLIORAMENTO

> *“[...] il momento di ringraziamento finale tra noi allievi [...] è un momento importante e chi pratica da un po’ di più potrebbe su questo dare il buon esempio ai nuovi.”*
>
> Socio adulto, 2024/25
> La nostra risposta: abbiamo condiviso il riscontro con i senpai, i praticanti più esperti, e ci affidiamo alla loro esperienza e al loro senso di responsabilità.

IL TRIENNIO IN SINTESI

Ambito	2023/24 · Ascolto	2024/25 · Avvio	2025/26 · Consolidamento
Governance	Primo questionario, temi più sentiti, mappa di chi ci sta intorno	Safeguarding, focus group, Carta dei Valori	Ascolto da altri canali: riunioni, confronti dopo gli eventi
Pratica sportiva	**70 tesserati, 2.196 ore di pratica, 7 seminari con 143 presenze**	**85 tesserati, 3.174 ore di pratica, 2 seminari con 85 presenze**	**97 tesserati, 4.236 ore di pratica, 6 seminari con 196 presenze**
Sociale	**Festa per i dieci anni del dojo, oltre 100 presenze***	**6 eventi, 224 presenze**	**8 eventi, almeno 518 presenze***
Ambiente	**Fase di ascolto**	**2 eventi all'aperto, 100 presenze**	**2 eventi nostri all'aperto, 48 presenze*; 3 con i partner, contati nel Sociale**

Tesserati e ore di pratica crescono in ogni stagione. Gli eventi di sostenibilità passano da 6 a 8 e le presenze aumentano grazie alle collaborazioni con i partner. Nella governance l'ascolto strutturato dei primi due anni lascia il posto ad altri canali. Nel 2026/27 presentiamo questo bilancio ai soci e lo pubblichiamo sul sito.

* comprende stime · Fonte: tavole dati del bilancio sociale

PIANO STRATEGICO PER IL PROSSIMO TRIENNIO

IL NOSTRO IMPEGNO, 2026-2029

Questo bilancio chiude il nostro primo triennio di rendicontazione e apre il secondo. Partiamo da due cose: i temi che soci e famiglie hanno indicato come più importanti (p. 14) e quello che i numeri ci hanno mostrato. La comunità adulta cresce, il rinnovo delle iscrizioni sale, e il settore giovanile chiede attenzione all'ingresso di nuovi bambini e alla fascia dai 12 ai 15 anni. Per i prossimi tre anni ci diamo un obiettivo per ogni ambito, con le azioni che lo realizzano e gli indicatori con cui lo leggeremo nel prossimo bilancio.

Ambito	Obiettivo al 2029	Azioni	Come lo misuriamo
Governance	Una comunità che partecipa alle scelte e ne vede i risultati	App delle presenze aperta ai praticanti; dati del bilancio aggiornati ogni stagione e presentati ai soci; incontro su Safeguarding e SafeSport con le ASD del territorio; incontri con gli altri presidenti di ASD del territorio sulla conduzione e la gestione delle associazioni	Praticanti che usano l'app delle presenze; incontri con le ASD del territorio e presenze
Sociale	Uno sport accessibile e aperto al quartiere	Voucher sportivi e quote ridotte per le famiglie; Run4Rome (14 marzo 2027) e Joy Summer Camp con Sport Senza Frontiere; seconda Festa di Sport e Sostenibilità (15 maggio 2027); Incontri Sostenibili	Tesserati con quota ridotta o voucher; presenze agli eventi; partner attivi
Ambiente	I parchi come tatami, con impatti misurati	Almeno altri due eventi alla Caffarella nel 2026/27; prima rilevazione degli spostamenti dei soci; raccolta dei dogi usati da regalare ai nuovi arrivati	Eventi all'aperto e presenze; la rilevazione del 2026/27 diventa la base di confronto
Pratica sportiva	Far entrare e restare i più giovani	Ingresso di nuovi bambini, anche con le scuole del quartiere; attenzione alla fascia dai 12 ai 15 anni; il kangeiko, il summer camp e i seminari come appuntamenti dedicati alla multidisciplinarietà	Tasso di rinnovo delle iscrizioni; abbandoni sotto i 20 anni; nuovi tesserati sotto i 20 anni

Il consiglio direttivo ha approvato questo piano insieme al bilancio sociale. Ogni stagione verifichiamo a che punto siamo, e il prossimo bilancio racconterà i risultati obiettivo per obiettivo.

COME COINVOLGEREMO GLI STAKEHOLDER

A p. 13 lo schema a cerchi dice chi sono i nostri stakeholder. Qui raccontiamo come li coinvolgeremo nei prossimi tre anni, con quali strumenti e con che frequenza. Ci muoviamo su quattro livelli: informare, cioè dare conto di quello che facciamo; ascoltare, cioè raccogliere pareri e proposte; coinvolgere, cioè decidere insieme; costruire, cioè progettare e realizzare insieme.

Chi	Che cosa conta per loro	Come li coinvolgiamo	Quando	Livello
Praticanti adulti	Qualità della pratica, comunità, partecipazione	Assemblea dei soci con i dati della stagione, aperidojo, app delle presenze	Ogni anno; aperidojo ogni mese	Coinvolgere
Genitori	Crescita e sicurezza dei figli	Due riunioni l'anno, responsabile Safeguarding, colloquio di fine anno	A metà e a fine anno	Ascoltare e coinvolgere
Bambini e ragazzi	Divertirsi, stare con gli amici, crescere	Un momento di ascolto dei ragazzi durante il summer camp	Ogni estate	Ascoltare
La rete dei partner	Progetti condivisi e risultati	Con Legambiente Garbatella e gli Orti Urbani, l'Ente Parco Appia Antica, Sport Senza Frontiere e Katsura ASD: un incontro di programmazione a inizio stagione ed eventi in calendario. Nuovi progetti con associazioni ed enti del territorio, per allargare la rete	Ogni anno	Costruire
Aikikai d'Italia e A.S.C.	Regole, formazione, tesseramento	Seminari, formazione degli istruttori	Durante la stagione	Coinvolgere
Territorio	Un quartiere vivo e sicuro	Municipio VIII, scuole, associazioni sportive, attività del quartiere: Festa di Sport e Sostenibilità, incontro sul Safeguarding con le ASD, eventi nei parchi	Ogni anno	Coinvolgere
Chi ci segue online	Conoscere il dojo	Sito, social, bilancio pubblicato	Tutto l'anno	Informare

CHI HA CURATO IL BILANCIO

Il bilancio sociale 2023-2026 è stato redatto da Sustainable Systems, che ha accompagnato il dojo in ogni fase del percorso. Ha curato l'ascolto di soci e famiglie con i questionari e il focus group, la lettura dei temi emersi e la mappa degli stakeholder, la costruzione della Carta dei Valori, la scelta degli indicatori, la raccolta e l'elaborazione dei dati, la redazione del documento. L'incarico è stato svolto a titolo gratuito.

Sustainable Systems è stata fondata da Riccardo Percaccio, che è anche presidente del dojo, e il doppio ruolo è dichiarato per trasparenza. Riccardo Percaccio ha seguito l'Executive Programme in Management Sportivo della Luiss Business School, con un project work su sport e sostenibilità in cui il dojo è il caso studio per valutare percorsi di sostenibilità nelle piccole e medie associazioni sportive. Ogni stima riporta il metodo con cui è stata ottenuta, così chi legge può capire come è stato costruito ogni indicatore del documento.

Confronto con Prisma 17

Gli indicatori di questo bilancio sono stati messi a confronto con i 17 criteri di Prisma 17, diversi dai 17 obiettivi dell'Agenda 2030: Prisma 17 è il framework di valutazione della sostenibilità per associazioni e società sportive sviluppato da Sustainable Systems, di cui il dojo è il primo caso di applicazione. Il bilancio documenta con dati rilevati 13 dei 17 criteri. Le misure sugli spostamenti dei soci entrano nel prossimo ciclo di rendicontazione, come indicato nel piano per il prossimo triennio (p. 41).

Gli obiettivi dell'Agenda 2030

Nel report usiamo otto obiettivi: i sette scelti nel percorso di ascolto, cioè 3, 4, 5, 10, 11, 13 e 17, e il 16, emerso dalla rendicontazione, perché Safeguarding, partecipazione dei soci e trasparenza sono il modo in cui ci governiamo. Ogni iniziativa è collegata a un target principale e al massimo a due secondari.

Le frasi delle persone

Le citazioni vengono dai questionari, dal focus group e da canali pubblici. Sono anonime e riportate con le parole originali, con i soli refusi corretti. Dove sono accorciate, le parti tolte sono segnate con […].

LE PAROLE DI QUESTO BILANCIO

Agenda 2030 e SDG. I 17 obiettivi di sviluppo sostenibile delle Nazioni Unite. Ne seguiamo otto.

Aikikai d'Italia. L'associazione nazionale dell'aikido tradizionale a cui siamo affiliati, legata all'Aikikai di Tokyo.

Ambiti. Le quattro aree in cui rendicontiamo: governance, pratica sportiva, sociale e ambiente.

A.S.C. L'ente di promozione sportiva a cui siamo affiliati.

ASviS. L'Alleanza Italiana per lo Sviluppo Sostenibile.

BLSD. Il corso di primo soccorso con l'uso del defibrillatore.

Bokken. La spada di legno usata nella pratica delle armi.

Dan. I gradi di cintura nera nell'aikido.

Focus group. Un incontro guidato in cui un gruppo di soci discute i risultati dei questionari e costruisce proposte.

Green Dojos. Progetto Erasmus+ Sport in cui siamo associazione attivatrice di una direttrice.

Iaido. L'arte giapponese della spada; il CIK è la confederazione che ne rilascia i gradi.

INAF. L'Istituto Nazionale di Astrofisica.

Incontri Sostenibili. Il nostro ciclo di incontri aperti su ambiente, cultura e società, tenuti da esperti volontari.

Liberalità. Le donazioni che facciamo.

Ore di pratica. Le ore di lezione moltiplicate per le presenze. Sono diverse dalle ore di corso offerte.

Power BI. Il programma con cui leggiamo e controlliamo i nostri dati.

Presenze. Le partecipazioni agli eventi: la stessa persona può contare più volte.

Run4Rome. La staffetta solidale della maratona di Roma.

Safeguarding. Le regole e la figura responsabile che tutelano i tesserati da abusi, violenze e discriminazioni.

SafeSport. Le pratiche per uno sport sicuro e libero da abusi.

Senpai. I praticanti più esperti, che fanno da esempio ai nuovi.

Stakeholder. Le persone e le organizzazioni che hanno un interesse nel dojo: soci, famiglie, scuola, enti, partner.

Tatami e dogi. Il tappeto su cui si pratica e la divisa da pratica.

Temi più sentiti. Gli argomenti che i soci adulti hanno indicato come più importanti nel questionario 2023/24. Individuarli è l'analisi di materialità.

GRAZIE

A chi ha risposto ai questionari, a chi ha partecipato agli incontri, agli esperti che li hanno tenuti e ai cinque partner che hanno lavorato con noi in questi tre anni.

ASD HIBIKI AIKIDO DOJO

Via delle Sette Chiese 103, Roma Garbatella

info@hibikiaikidodojo.it · hibikiaikidodojo.it

Codice fiscale 97801350584 · Affiliazione A.S.C. n. 11922

A CURA DI SUSTAINABLE SYSTEMS

sustainablesystems.it
Pubblicato a novembre 2026

Il nostro sito

Usiamo le icone degli obiettivi delle Nazioni Unite a scopo informativo, come previsto dalle loro linee guida (un.org/sustainabledevelopment). Il contenuto di questa pubblicazione è nostro e non parla a nome delle Nazioni Unite, dei loro funzionari o degli Stati membri.

Bozza in fase di lavorazione · Documento da presentare all’Assemblea dei soci fissata per il 17 dicembre 2026