

Segreteria C.R.

Matera, 01 settembre 2021

Alle Società di Karate
Agli Insegnanti Tecnici di Karate
Agli Ufficiali di Gara di Karate
della Basilicata
Loro indirizzi

e p.c. formazione.karate@fijlkam.it

Oggetto: Programma Corso Regionale obbligatorio di aggiornamento per insegnanti tecnici e ufficiali di gara di karate anno 2021

vi invio il programma specifico del Corso Regionale di Aggiornamento per Insegnanti Tecnici di Karate.

- sabato 18/09/2021

in presenza

- ore 08:30 – 09:30 accredito verifica di sicurezza covid19
- ore 09:30 – 12:30 MGA: Il Metodo Globale di Autodifesa FIJLKAM
- Pausa Pranzo
- ore 14:30 – 15:00 Ripresa dei lavori
- ore 15:00 – 16:00 Disabilità ed attività sportiva: il Progetto IKONS
- ore 16:00 - 18:30 Kihon, Kata storici e Bunkai: l'interpretazione dell'autodifesa
- Fine parte pratica

- domenica 19/09

in DAD il link sarà fornito in occasione della parte pratica

- ore 09:30 – 11:30 La componente psicologica nei rapporti interpersonali
- ore 11:30 – 13:00 Aggiornamento Arbitrale
- Pausa Pranzo
- ore 16:00 - 17:00 IKONS: Esempi di esercizi per le disabilità e Question Time.
- ore 17:00 - 18:00 L'alimentazione e l'attività sportiva
- chiusura corso

Distinti Saluti.

**IL Vice Presidente
FIJLKAM BASILICATA
Settore Karate
Claudio Di Stefano**

Sede:
LARGO PASSARELLI, 1
75100 MATERA

