

COMITATO REGIONALE EMILIA ROMAGNA SETTORE KARATE

Bologna li, 4 Aprile 2024

A: - Pres. Crer Domenico Carlini
- Società del Settore Karate
- Sig.ri Insegnanti Tecnici
Loro indirizzi.

Circolare 05 /2024

- **Oggetto: II° Parte (pratica) Corso Regionale Obbligatorio di Aggiornamento Tecnici** categorie: **Maestri_Istruttori_ Allenatori e Asp. Allenatori -**
- **C.T.R . Allenamento Esordienti U14 - Cadetti, Junior e Senior.**

Gentilissimi, relativamente al Corso Obbligatorio di Aggiornamento Tecnici, il Comitato Regionale Emilia Romagna, dopo aver condiviso con parecchie ASD della Regione ritiene, necessario nella prima fase del corso in oggetto, fornire ulteriori elementi tecnici allo studio e alla formazione dei praticanti, mettendo a disposizione tracce di percorsi formativi (Kihon) finalizzati al raggiungimento della cosiddetta “qualità tecnica”, partendo da un alfabeto motorio inter-stile (Shotokan ryu – Shito ryu) opportunamente realizzato ma anche suscettibile di varianti personalizzabili. Ulteriore spunto di lavoro, viene fornito tramite l'estrapolazione di alcuni blocchi di kata e loro bunkai/kaisetsu. Nella seconda parte della mattinata, si approfondiranno gli aspetti relativi al compito, ruolo e obiettivi del “mental coach”; il corso termina con la trattazione di alcuni aspetti arbitrari fondamentali.

II° Parte pratica

MATTINA

Data: **Domenica 21 Aprile 2024**

Sede del corso: **Tensostruttura di Marano sul Panaro (MO) , via Gramsci 990**

Orario: ore 08:30-08:50 Accredito tecnici **firma presenze e consegna licenze federali***
ore 09:00-11:00 Inizio e sviluppo corso pratico (**in karategi**)

ore 11:00-11:15 **Pausa caffè**

ore 11:15-12:15 Il mental coach

ore 12:15 -13:00 Arbitraggio

Chiusura corso

* per chi volesse farsi firmare la licenza federale, si invita di consegnare la stessa debitamente compilata nei campi relativi a “*Luogo e Data*” e “*Denominazione*” presenti alla pag. 28 del suddetto libretto dedicata a i “*Corsi Regionali di Aggiornamento*” .

COMITATO REGIONALE EMILIA ROMAGNA SETTORE KARATE

Centro Tecnico Regionale

Attenzione: nella stessa giornata di Domenica 21 aprile 2024,
dopo il corso obbligatorio dei Tecnici,
nel pomeriggio,

si terrà l'allenamento del C.T.R. Emilia Romagna Kata – Kumite Ca – Ju – Se e U14

Data: Domenica 21 Aprile 2024 **POMERIGGIO**

Sede allenamento C.T.R.: **Tensostruttura di Marano sul Panaro (MO) Via Gramsci 990**

Orario: inizio ore 15:30
termine ore 17:30

Per gli **atleti di kata**, nella prima parte, verranno sviluppati alcuni kihon propedeutici approfondendo, nella seconda parte dell'allenamento, i tokui kata degli stessi atleti.

Per gli **atleti di kumite**, si ricorda si presentarsi muniti di tutti i dispositivi di protezione previsti dal Regolamento F.I.J.L.K.A.M e, per gli U14 Esordienti, vista l'ultima circolare della Federazione (che si allega alla presente), potranno indossare anche la maschera facciale oltre, naturalmente, al caschetto.

Il Vice Presidente Sett. Karate
M° Mariani Maurizio

Fjlkam

Da:karate.nazionale@fjlkam.it

Buongiorno,

sono state riscontrate da più Società Sportive e confermate dalle Ditte rivenditrici oggettive difficoltà di reperimento sul mercato del Caschetto WKF.

Pertanto, comunichiamo che, su indicazione del Consiglio di Settore, viene prorogata fino al 30 giugno 2024 la possibilità di utilizzare, in occasione degli Eventi Federali in Italia a livello territoriale e nazionale della Classe d'Età di riferimento (Esordienti/U14), entrambi i dispositivi (Maschera facciale WKF o Caschetto WKF).

Cordiali saluti.

Giorgio Bagnani

Area Sportiva - Karate

Tel. +39 06 56434515 / fax. +39 06 56470527

e-mail karate.nazionale@fjlkam.it

www.fjlkam.it

Pausa pranzo

Per chi volesse pranzare, in previsione dell'appuntamento pomeridiano con il C.T.R., si forniscono alcuni punti di ristoro vicini alla sede di allenamento consigliando, altresì, di prenotare:

BACCHE DI LAURO

Servizio: Ha tavoli all'aperto · Offre menu per bambini · Cani ammessi

Indirizzo: [Via Roma, 26, 41054 Marano sul Panaro MO](#)

Telefono: [059 580 2023](tel:0595802023)

PIZZA AL TAGLIO MELODY Di Vandini Sonia

Indirizzo: [Via Zenzano, 3, 41054 Marano Sul Panaro MO](#)

Telefono: [059 705183](tel:059705183)

RISTORANTE ROSSO SCARLATTO

Servizio: Ha tavoli all'aperto · Dispone di seggioloni per bambini · Cani ammessi

Indirizzo: [Via del Commercio, 271, 41054 Marano sul Panaro MO](#)

Telefono: [059 747 1991](tel:0597471991)

PIZZERIA MARCO POLO

Indirizzo: [presso scuole calvino, Via Cornadura, 7/2, 41058 Vignola MO](#)

Telefono: [059 772563](tel:059772563)

RISTORANTE PIZZERIA LA PANZA

Indirizzo: [Via Resistenza, 589, 41058 Vignola MO](#)

Telefono: [059 772035](tel:059772035)