

Roma, 06 settembre 2026

- Agli Insegnanti Tecnici interessati
- Ai Presidenti dei Comitati Regionali
- Ai Fiduciari Regionali D.P. / M.G.A.

e p.c.:

- Al Consiglio Federale
- Alla Commissione Nazionale D.P. / M.G.A.

LORO INDIRIZZI

CIRCOLARE N° 21/2026 Difesa Personale / MGA

Denominazione:	Corso Nazionale Annuale Obbligatorio di Aggiornamento per gli Insegnanti Tecnici FIJLKAM abilitati "Maestro Difesa Personale / M.G.A." (ex. 3° livello M.G.A.)
Data di svolgimento:	Domenica 25 ottobre 2026
Luogo / Indirizzo:	Centro Olimpico "Matteo Pellicone", Lido di Ostia/RM – Via dei Sandolini, 79
Docenti:	Commissione Nazionale Difesa Personale / M.G.A. Fiduciari Regionali Difesa Personale / M.G.A. Docenti Nazionali
Vestiaro	Tuta sportiva scura con indosso una maglietta scura
Quota di partecipazione per i Corsisti ed i Fiduciari Regionali:	€ 70,00
Domanda di partecipazione e pagamento:	la partecipazione al corso è subordinata al tesseramento per la stagione 2026 della qualifica di Maestro Difesa Personale . Dopo aver completato il tesseramento, sarà possibile procedere con l' iscrizione al corso , entro e non oltre il 15/10/2026 , tramite la propria area riservata nel portale, sezione " Pagamenti ". Il pagamento dovrà essere effettuato sempre entro il 15/10/2026 .
Orari di svolgimento:	- Accredito partecipanti: 08:30-09:30 (<i>Bar PalaPellicone</i>) - Apertura Corso e saluti del Presidente: 9:30-10:00 (<i>PalaPellicone</i>) - Lezioni: - o Mattina: 10:00-12:00 (<i>PalaPellicone</i>) - o Pomeriggio: 14:15-16:30 (<i>PalaPellicone</i>)
Argomenti del Corso:	- Come allenare lo stress: attivazione e coordinazione motoria - Un'efficace comunicazione nella difesa personale - La Difesa Personale Donna - Come allenare lo sparring: attivazione e coordinazione motoria

NOTE

- *Le spese di viaggio e soggiorno sono a carico degli interessati.*
- *Il Corso è **obbligatorio** per tutti gli Insegnanti Tecnici tesserati FIJLKAM con la Categoria di "Maestro Difesa Personale / MGA" (ex. abilitazione 3° livello MGA), compresi gli Insegnanti*
- *Tecnici che hanno acquisito la Categoria di "Maestro Difesa Personale / MGA" nell'anno in corso.*
- *Il Corso è **obbligatorio** anche per i Fiduciari Regionali Difesa Personale / MGA.*
- *Si raccomanda a tutti gli Insegnanti Tecnici partecipanti di indossare come abbigliamento una **tuta sportiva scura con indosso una maglietta scura.***
- *All'area di lavoro (tatami di Judo) si accede a piedi nudi o con scarpette morbide e con suola pulita.*

Cordiali saluti.



Il Segretario Generale
Massimiliano Benucci