

Fijklkam Judo FVG – Circ. 13J2019 bis**Udine, 6 maggio 2019**

Spett.li

Società Fijklkam Judo FVG**Agli iscritti ai corsi****OGGETTO: Corso per la preparazione agli esami di graduazione - 2019**

Il corso è rivolto a chi intende prepararsi per l'esame di passaggio dan ma anche a coloro i quali vogliono approfondire la conoscenza del Judo attraverso lo studio dei *Kata* e della tecnica in *Tachi Waza* e *Ne Waza*.

Oltre agli iscritti al corso, sarà per tutti possibile seguire i singoli argomenti trattati, versando il contributo di € 10,00 a lezione, in loco o tramite bonifico sul conto BNL intestato a Fijklkam Judo FVG – IBAN IT91K010051230000000004852.

Il programma d'esame contempla inoltre la conoscenza della cultura, storia e tradizione del Judo, nozioni sull'arbitraggio e la normativa federale: queste lezioni saranno le stesse del corso per insegnanti tecnici in corso di organizzazione, comunque previste nel secondo semestre.

Le lezioni seguiranno il seguente calendario:

Sabato 20 aprile *Naghe No Kata*

dalle 12:00 alle 14:00, a Piancavallo, nel corso dello Skorpion Stage;

Domenica 28 aprile *Ju no Kata e Katame no Kata*

dalle 9:30 alle 12:30 a Gorizia, presso Unione Ginnastica Goriziana, in via G. Rismondo 2;

Sabato 4 maggio - *Naghe No Kata*

Dalle 17:30 alle 19.30 ad Azzano X, presso Judo Azzanese, via Divisione Julia 11;

Domenica 9 giugno *Ju no Kata e Katame no Kata*

Dalle 9:30 alle 12:30 a Gorizia, presso Unione Ginnastica Goriziana, via G. Rismondo 2;

Sabato 15 giugno – *Nage no Kata – I dan*

Dalle 17:30 alle 19.30 ad Azzano X, presso Judo Azzanese, via Divisione Julia 11;

Sabato 22 giugno – *Nage no Kata – II dan*

Dalle 17:30 alle 19.30 ad Azzano X, presso Judo Azzanese, via Divisione Julia 11;

Sabato 29 giugno – *Kodokan Goshin Jitsu (toshu no bu, tecniche senza armi)*

Dalle 17:30 alle 19.30 ad Azzano X, presso Judo Azzanese, via Divisione Julia 11;

Sabato 6 luglio - Kodokan Goshin Jitsu (buki no bu, tecniche con armi)

Dalle 17:30 alle 19.30 ad Azzano X, presso Judo Azzanese, via Divisione Julia 11;

Sabato 13 luglio – Kime no kata (idori)

Dalle 17:30 alle 19.30 ad Azzano X, presso Judo Azzanese, via Divisione Julia 11;

Sabato 20 luglio – Kime no kata (tachiai)

Dalle 17:30 alle 19.30 ad Azzano X, presso Judo Azzanese, via Divisione Julia 11;

Sabato 21 settembre - Ju no Kata e Katame no Kata

Dalle 16:00 alle 19:00 a Gorizia, presso Unione Ginnastica Goriziana, via G. Rismondo 2;

Sabato 12 ottobre - Ju no Kata e Katame no Kata

Dalle 16:00 alle 19:00 a Gorizia, presso Unione Ginnastica Goriziana, via G. Rismondo 2;

Domenica 20 ottobre – ESIBIZIONE DEI KATA (riservata agli iscritti agli esami)

Dalle 8:30 ad Azzano X, presso Judo Azzanese, via Divisione Julia 11;

Domenica 10 novembre – ESAMI DI GRADUAZIONE per I, II e III dan

Dalle 8:30 ad Azzano X, presso Judo Azzanese, via Divisione Julia 11;

Domenica 5 gennaio 2020 – PROVA DI APPELLO per I, II e III dan (eventuale)

Dalle 8:30 a Lignano Sabbiadoro c/o Bella Italia Village, nel corso del Winter Camp.

Si rammenta che le lezioni con i docenti non possono considerarsi esaustive, ma dovranno essere accompagnate da una personale fase di studio e approfondimento, da svolgersi autonomamente.

A titolo orientativo e in attesa delle disposizioni federali 2019, sono allegati i programmi d'esame dal I al V dan.

Saluti e buon lavoro a tutti,

Gianni Maman
Commissario Tecnico Regionale

Sandro Scano
Vicepresidente Fijlkam Judo FVG