FEDERAZIONE ITALIANA JUDO LOTTA KARATE ARTI MARZIALI

**SETTORE KARATE**

COMITATO REGIONALE F.V. Giulia – Via Morpurgo, 34 33100 – UDINE UD

telefono 0432-502353 - FAX 0432-511449

v. Presidente dr Roberto Ruberti: roberto.ruberti@studiruberti.it

**Segreteria Meri Facini :** **mericla1@mail.conecta.it** **e-mail** **aldegisto.sodero@tin.it** **-**

Udine, 23 novembre 2020

A tutte le Società

Agli insegnanti Tecnici

Agli Ufficiali di gara

In data 15 novembre 2020 si è riunita la Consulta di Settore che ha preso atto che a causa della pandemia e delle ultime disposizioni nazionali e regionali che hanno identificato il Friuli Venezia Giulia come “zona arancione” impedendo di fatto la possibilità di spostamento tra comuni si rende impossibile l’attuazione in presenza dei Corsi di aggiornamento e formazione previsti per il mese di dicembre.

Per l’anno sportivo 2020, il CRFVG-FIJLKAM settore Karate, in merito all’aggiornamento tecnico, ai corsi propedeutici per gli esami di dan, ai corsi formazione aspiranti allenatori, indica, per la parte pratica, la soluzione FAD (formazione a distanza) mentre per la parte teorica richiama ai video della Scuola Nazionale Federale di cui trovate i link ai margini della presente circolare.

Si è stabilito quindi di tenere detti corsi ON-LINE, MEDIANTE L’UTILIZZO DELLA PIATTAFORMA ZOOM.

Tali corsi si svolgeranno nei giorni 12-13 dicembre con orari e modalità che verranno in seguito comunicate. I relatori dei corsi saranno il Prof. Pierluigi Aschieri, l’allenatrice delle Fiamme Oro e della Nazionale Italiana Kata Roberta Sodero, il biologo nutrizionista dr. Flavio Leonori ed altri docenti in fase di definizione.

Si ricorda che il Corso Aggiornamento **Tecnici è obbligatorio** per il mantenimento della qualifica e per non essere posti “fuori quadro”.

I versamenti di 50€ al Comitato Regionale e 50€ alla Federazione (quota corso aggiornamento tecnici) vanno effettuati prima del corso; copia della domanda e dei versamenti deve essere inviata allo scrivente Comitato via mail a mericla1@conecta.it.

Per quanto riguarda gli esami di dan, vi segnalo che oltre alle quote d’esame, i cui importi potrete trovare sulla circolare pubblicata sul sito [www.fijlkam-karate-fvg.it](http://www.fijlkam-karate-fvg.it), va effettuato anche il pagamento di €50 per il Corso Propedeutico che è obbligatorio.

Riassumendo per ogni esame di dan vanno versati 75€ al Comitato e la quota relativa al dan alla Federazione (25€ per il primo dan, 50€ per il secondo, 75€ per il terzo).

Il programma d’esame è pubblicato sul sito della Federazione e del Comitato (anno 2019 non è stato modificato).

**Gli esami teorico-pratici di dan in presenza, verranno effettuati nel primo semestre 2021 appena le condizioni pandemiche lo consentiranno, riconoscendo l’idoneità acquisita con decorrenza 1° Gennaio 2021.**

|  |
| --- |
| **WEBINAR 12-13 DICEMBRE 2020****CORSI AGGIORNAMENTO, FORMAZIONE E CORSI PROPEDEUTICI ESAMI DAN** |
| Sab 1214.00-14.30 | **APERTURA CORSO****SALUTO PRESIDENTE COMITATO REG. FVG – CLAUDIO VALENTINI****SALUTO PRESIDENTE COMITATO REG. SETTORE KARATE – ROBERTO RUBERTI****SALUTO RAPPRESENTANTE CONSIGLIO REGIONALE CONI ENZO DE DENARO ADDETTO STAMPA FIJLKAM**  | **PIATTAFORMA** **ZOOM**  |
| 14.30-16.00  | **RELAZIONE PROF. PIERLUIGI ASCHIERI** KARATE NELL'ETA’ EVOLUTIVA ED ADOLESCENZIALE:Prima del professionismo: il ''dilettantismo di qualità'' che pone le basi per l'atleta di alto livello. L'insegnamento  mirato sui bisogni del  bambino può agevolare  la scalata al successo del campione? |
| 16.00-17.30 | **CORSO CON L’ALLENATRICE DELLE FIAMME ORO E DELLA NAZIONALE ITALIANA**  **ROBERTA SODERO** |
| 17.30-18.30 | **RELAZIONE BIOLOGO NUTRIZIONISTA DR. FLAVIO LEONORI****“STILE DI VITA E NUTRIZIONE FUNZIONALE NEL KARATE”** |
| Dom13ORE 9.30-12.30 | **RELAZIONE PROF. LUIGI ASCHIERI**LA TECNICADall'esercizio per imitazione alla strutturazione della tecnica nel rispetto dei  tempi e dei  modi di apprendimento.  |
| 12.30-13.00 | **SALUTO E CHIUSURA CORSO** |

**CONDIZIONE INDISPENSABILE SCARICARE L’APPLICAZIONE ZOOM SUL PROPRIO PC, TABLET O TELEFONINO.**

A completamento delle iscrizioni Vi sarà inviata la circolare esplicativa che indicherà le date, lo username e la password per poter accedere al Webinar.

Le indicazioni saranno simili a quelle indicate sotto ed evidenziate in colore giallo, sarà sufficiente, dopo aver scaricato l’applicazione Zoom ed aver avviato il programma, indicare l’ID della riunione e digitare la password.

**Parte teorica dei corsi sottoindicati.**

**Formazione/Aggiornamento I.T.**

**Formazione (Aspiranti Allenatori)**

**Corso Regionale Obbligatorio di Aggiornamento I.T.**

La Scuola Nazionale Federale, recependo anche le indicazioni delle competenti CNIT di ciascun Settore, rende disponibili, tre video riguardanti le materie di Psicologia dello Sport, Nutrizione e Prevenzione dei traumi, per gli Insegnanti Tecnici che dovranno assolvere l’obbligo del Corso Regionale di Aggiornamento. La fruizione dei video, è molto semplice: sono stati caricati in modalità privata sulla piattaforma You Tube, pertanto basterà un click sul link per poter visualizzare la lezione.

<https://youtu.be/XLgAXEKYpaU>

(Psicologia dello Sport, Dott. Stefano Albano)

<https://youtu.be/iUg73GN8et0>

(Nutrizione, Dott. Giovanni  De Francesco)

<https://youtu.be/ANy1aKMoCIE>

(Prevenzione dei traumi negli Sport da Combattimento, Dott. Fabio Fanton)

Cordiali saluti.

 Il V.Presidente del Comitato Regionale FIJLKAM

 Settore Karate

La domanda d’iscrizione e gli IBAN di Comitato e Federazione sono pubblicati sul sito ma vengono qui di seguito indicati:

**IBAN DELLA FEDERAZIONE PER CORSI ED ESAMI**

IT74C0100503309000000001433

Agenzia BNL 6309 - Sportello CONI

**IBAN COMITATO REGIONALE FRIULI VENEZIA GIULIA SETTORE KARATE:**

IT62N 01005 12300 00000 0016842 BNL- UDINE

intestato a C.R. FIJLKAM FRIULI V. G. – ROBERTO RUBERTI

Facsimile

Invito al Webinar

Meri Facini ti sta invitando a una riunione pianificata in Zoom.

Argomento: Zoom meeting invitation - Riunione Zoom di Meri Facini

Ora: 23 nov 2020 02:00 PM Amsterdam, Berlino, Roma, Stoccolma, Vienna

Entra nella riunione in Zoom

https://us02web.zoom.us/j/86920427308?pwd=WE52YnlLMFR2SFhEYWorNitOYXFVUT09

ID riunione: 869 2042 7308

Passcode: 4WwMub M° Roberto Ruberti