



Roma 29/09/2020

**A TUTTE LE SOCIETA' DEL
CENTRO SUD ITALIA
LORO SEDI**

Appuntamento per STAGE Interregionale e Crediti Formativi

Domenica **18 OTTOBRE 2020** presso il PALATORRINO, in via Fiume Giallo, 47 Roma, si terrà lo stage in oggetto nelle specialità di **Kata e Kumite**.

Potranno partecipare (a partire dal grado di **cintura Gialla**):

- **Pre Agonisti:** Ragazzi 2 e Ragazzi 3
- **Agonisti:** Cadetti A/B, Junior, Senior, Veterani

All'interno della preparazione si svolgerà il **Progetto Giovani**, con uno stage dedicato alla preparazione dei Pre-Agonisti al passaggio alla categoria Agonisti. Questo stage fa parte degli allenamenti, previsti nella stagione sportiva 2020 – 2021, ed hanno lo scopo di preparare gli atleti del **Progetto Giovani** per il prossimo evento Nazionale.

Ritrovo e controllo iscrizioni h. 08.00 – h. 08.15
Inizio attività h. 08.30

PROGRAMMA STAGE

•AGONISTI

Docenti: Kata: M° F. Canto
Kumite: M° A. Sambucioni – M° M. Monetti

Programma:

⇒ **Kata:** h. 10.30 → h. 11.30 – categ. Cadetti A/B
h. 11.30 → h. 12.30 – categ. Junior / Senior / Veterani
⇒ **Kumite:** h. 10.30 → h. 11.30 – categ. Junior / Senior / Veterani
h. 11.30 → h. 12.30 – categ. Cadetti A/B

•PREAGONISTI

Docenti: M° Paolo GABBARNI

Programma:

⇒ **Riscaldamento:** h. 08.30 → h. 08.45 (Attivazione Funzionale Karate)
⇒ **Kata:** h. 08.45 → h. 09.30 (Kata KUSHANKU)
⇒ **Kumite:** h. 09.30 → h. 10.00 (Strategia nel Combattimento)

QUOTE D'ISCRIZIONE (€ 10,00 da versare a FIAM con bonifico)

PROGRAMMA Crediti Formativi

Docente: M.° Luigi PICCIONI

Programma di stile: **WADORYU**

Kata h. 10.30 → h. 12.30

QUOTE D'ISCRIZIONE (€ 15,00 da versare a FIAM con bonifico)

Le iscrizioni si chiuderanno giovedì **15 ottobre alle ore 24.**

La quota di partecipazione è di (euro) **€10,00** cad. per lo stage e di (euro) **€15,00** cad. per la partecipazione ai Crediti Formativi da versare con bonifico bancario sul conto corrente FIAM : **IBAN IT19R 05034 03300 000000005372.**

ATTENZIONE:

Per motivi di sicurezza (COVID) e carattere organizzativo, tutti i partecipanti alla manifestazione indosseranno la mascherina fino al momento dell'inizio allenamento, nello spogliatoio una volta indossato il KARATEGI riporre gli abiti nella borsa personale, le scarpe in una busta di plastica e metterla nella borsa, indossare le ciabatte per raggiungere l'area di allenamento, non si potrà usare l'impianto doccia. Ogni partecipante consegnerà al Maestro e/o Responsabile di Società la dichiarazione (vedi allegato) compilata e firmata, per i minori avrà la firma del genitore.

Il Maestro e/o Responsabile di Società presenterà al Delegato FIAM la copia della ricevuta del bonifico effettuato, la lista degli atleti partecipanti e le schede di responsabilità di ogni partecipante.

Massimo Abbrugiati
Delegato Regionale Lazio
Tel. +39 3342044304
e-mail : roma@fiamsport.it