



FEDERAZIONE ITALIANA KARATE

COMITATO REGIONALE ABRUZZO



Comunicato n. 11/2024
Mosciano Sant'Angelo 12 ottobre 2024

- Alle Società/Associazioni affiliate
- Agli Insegnanti Tecnici
- Agli ufficiali di Gara

STAGE REGIONALE

DOMENICA 24 NOVEMBRE

BELLANTE (TE) PALESTRA SCUOLA RIPATTONI Via Della Pace, 25

In collaborazione con la A.S.D. DESHI-DO di Bellante – Maestri Dario Leonzi e Cristian Tancredi

La programmazione coordinata dal Maestro Yuri Ricci, Consigliere Regionale con delega all'Attività Formativa, sarà tenuta da esperti Maestri Federali a cui va il più sentito ringraziamento.

PROGRAMMA

9:15 **CONTROLLO ISCRIZIONI** (a cura di un responsabile della società)

9:30 **SALUTO E INIZIO STAGE**

AREA 1 PER ALLIEVI MAGGIORI DI 11/12 ANNI		AREA 2 PER ALLIEVI MINORI DI 11/12 ANNI	
9:30	<i>M° Dario Leonzi</i> Acquisire automatismi di reazione e gestire la distanza e la paura nella difesa personale (Krav Maga)	9:30	<i>M° Antonella Sciannella</i> <i>M° Maurizio Antonelli</i> Nuovo Percorso a Tempo dai 4 ai 11 anni (regole e modalità esecutiva) Kids Karate Games e Open D'Abruzzo
10:00	<i>M° Ugo Bighencomer</i> Gestione delle prese per mezzo di leve articolari, proiezioni e controlli (Hapkido)		
10:30	<i>M° Yuri Ricci</i> L'efficacia della tecnica senza l'uso della forza attraverso lo studio dei punti vitali Kyusho Waza (Daito Ryu)	10:15	<i>M° Roberta Di Iorio</i> <i>M° Paolo D'Alessandro</i> Nuovo regolamento Shobu Nihon, l'anticipo e i bersagli validi (tecniche di tsuki/uci e gheri)

11:00 PAUSA E FOTO DI GRUPPO – SALUTO E FINE STAGE AREA 2

AREA 1 PER ALLIEVI MAGGIORI DI 11/12 ANNI	
11:15	<i>M° Roberta Di Iorio</i> <i>M° Paolo D'Alessandro</i> Nuovo regolamento Shobu Sanbon, l'anticipo e i bersagli validi (tecniche di tsuki/uci e gheri)

12:30 SALUTO E FINE STAGE AREA 1

ISCRIZIONI: A cura esclusivamente delle società sportive entro mercoledì 20 NOVEMBRE tramite il Gestionale FIK <https://my.federkarate.net>

QUOTA DI PARTECIPAZIONE € 15,00 (sono esclusi dal versamento della quota i tecnici responsabili di società)
In contanti sul posto, oppure entro il 20 novembre con bonifico a: F.I.K. Comitato Regionale Abruzzo
IBAN: IT71Z070867695100000012160