



Roma 05/10/2020

**A TUTTE LE SOCIETA'
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, che hanno lo scopo di preparare gli atleti del **Progetto Giovani** per il prossimo evento Nazionale.

Per la sicurezza (COVID), per ottimizzare tempo e spazi, l'ingresso nel palazzetto sarà così programmato:

Ritrovo e controllo iscrizioni pre-agonisti	h. 08.00 – h. 08.15
Inizio attività	h. 08.30
Ritrovo e controllo iscrizioni agonisti	h. 08.30 – h. 08.45
Inizio attività	h. 09.00
Ritrovo e controllo iscrizioni Crediti	h. 10.00 – h. 10.15
Inizio attività	h.10,30

PROGRAMMA STAGE

•AGONISTI

Docenti: Kata: M° F. Canto

Kumite: M° A. Sambucioni – M° M.Monetti
M° A. Falco – M° F.D'Agostino

Programma:

⇒ **Kata:** h. 09.00 → h. 10.30

⇒ **Kumite:** h. 10.45 → h. 12.30

•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. 10.15 (Strategia nel Combattimento)

PROGRAMMA Crediti Formativi

Docente: M.° Luigi PICCIONI

Programma di stile: **WADORYU**

Kata / Kihon h. 10.30 → h. 12.30

Inviare il modulo allegato, insieme alla copia del bonifico, a:
***segreteria@fiamsport.it* entro il 15 Ottobre; non sarà possibile iscriversi sul posto.**

La quota di partecipazione è di (euro) €**10,00** cad. per lo stage e di (euro) €**20,00** cad. per la partecipazione ai Crediti Formativi da versare con bonifico bancario sul conto corrente FIAM : **IBAN IT19R 05034 03300 000000005372.**

ATTENZIONE:

Nel rispetto delle misure di prevenzione (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 riporranno gli abiti nella borsa personale, le scarpe in una busta di plastica e posizionarla nella borsa personale (sul posto vi sarà comunicato dove posizionarla), lavarsi ed igienizzare le mani, evitare di toccarsi il volto, 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