

**S.K.I.-I.**

20124 Milano, Italy

Via Monte Grappa 6

Tel. / Fax: +39 02.620.875.44

Tel +39.02.897.658.08

E-mail: [ski\\_i@libero.it](mailto:ski_i@libero.it)

Per l'estero: [michela.ski\\_i@yahoo.it](mailto:michela.ski_i@yahoo.it)

[www.ski-i.it](http://www.ski-i.it) - [www.ski-i.eu](http://www.ski-i.eu)

[www.skieventi.it](http://www.skieventi.it)



松濤館國際空手道伊太利亞



## Stage di fine estate **2023** Igea Marina **22-23-24** Settembre

### PROGRAMMA

Venerdi  
22/09

08:00 - ....	ISCRIZIONI STAGE
09:00 - 10:00	CONSIGLIO ARBITRALE
10: 00-12:00	STUDIO DELLA TECNICA (base; media; avanzata) KIHON E KATA. Divisione in gruppi di livello KYU e C.N con SOSHI MIURA
12:45 - 14:00	PRANZO
16:00 - 17:00	CORSO ARBITRI Parte Pratica (divisione in fasce di livello) - SERIE METODICA DI LEZIONI (da 9° - 2° KYU) - 1° KYU (programma d'esame 1° DAN )
17:00 - 18:00	- C.N. 1° DAN (programma d'esame 2° DAN ) - C.N. 2° DAN (programma d'esame 3° DAN ) - C.N. dal 3° DAN in su (programma esame 4° DAN) - C.N. dal 3° DAN in su (solo istruttori responsabili palestre (non aiutanti e collaboratori a vario titolo), KATA UNSU - Parte 1° con Shuseki Shihan Lusvardi - Cinture marrone e nere da 12 a 17 anni: Progetto pilota per l'avviamento dei ragazzi all'attività agonistica
18:00 - 19:00	TUTTE LE CINTURE NERE con SOSHI MIURA (esercizi per l'assimilazione della catena cinetica che trasferisce l'energia generata dalla base a tutti i segmenti corporei)
19:45 - 21:00	CENA
21:00 - 22:00	CORSO ARBITRI Parte Teorica (Sala riunioni sotto il ristorante dell'Hotel Mediterraneo)
06:00 - 07:00	FOOTING AGONISTI E GINNASTICA PER VETERANI
07:30 - 08:00	COLAZIONE

Sabato  
23/09

Domenica  
24/09

09:00 – 10:30	<b>SERIE METODICA DI LEZIONI (da 9° kyu a 2° KYU)</b> 1° KYU (programma d'esame per 1° DAN ) C.N. 1° DAN (programma d'esame per 2° DAN ) C.N. 2 DAN (programma d'esame per 3° DAN ) C.N. dal 3° dan in su (programma d'esame per 4° dan)
10:30 -12:00	- CORSO ASPIRANTI ISTRUTTORI (KATA EMPI) - STUDIO DEI KATA, DIVERSIFICATI IN BASE AL GRADO, PER TUTTE LE CINTURE NERE - SOLO per istruttori ed arbitri qualificati (obbligatorio) STUDIO DI YAKUSOKU KUMITE
12:45 – 14:00	<b>PRANZO</b>
15:30 – 16:30	<b>CORSO ARBITRI</b> Parte pratica (formazioni di tatami e pratica di kumite e kata con l'ausilio degli agonisti) <b>SERIE METODICA DI LEZIONI (da 9° kyu a 2° KYU)</b> - 1° KYU (lezione lasciata all'iniziativa - 1° DAN dell'insegnante che gli consenta di - 2° DAN esprimere capacità tecniche - 3° DAN e psico-attitudinali)
16:30-17:45	- C.N. dal 3° DAN in su (solo istruttori responsabili palestre (non aiutanti e collaboratori, KATA UNSU - Parte 2° con Shuseki Shihan Lusvardi - Cinture marrone e nere da 12 a 17 anni: Progetto pilota per l'avviamento dei ragazzi all'attività agonistica
17:45 – 19.00	<b>LEZIONE PER TUTTE LE C.N. CON SOSHI MIURA</b>
19:45– 20:45	<b>CENA</b>
21:00 – ....	<b>RIUNIONE FEDERALE PER TUTTI I CAPI PALESTRA</b> presso HOTEL MEDITERRANEO (sala riunioni sotto il ristorante)
06:00 -07:00	<b>FOOTING AGONISTI E GINNASTICA PER VETERANI</b>
07:20 – 08:00	<b>COLAZIONE</b>
08:30 – 10:00	<b>ALLENAMENTO PER TUTTE LE CATEGORIE</b>
10:15 – ....	<b>ESAMI KYU e DAN per tutti i gradi; ESAMI PER ASPIRANTI ISTRUTTORI -ISTRUTTORI e ARBITRI</b>

**N.B:**

- 1) *Su richiesta di Soshi Miura tutti gli agonisti, gli atleti e gli arbitri che hanno partecipato al mondiale, compatibilmente con motivate esigenze lavorative (da comunicare al Maestro), dovranno essere presenti allo stage già dall'allenamento di venerdì mattina.*
- 2) *Gli arbitri che parteciperanno al corso dovranno venire muniti di fischietto e bandierine.*

**OSS!!!**