



# SETTORE KARATE

## CORSI DI FORMAZIONE PER QUADRI TECNICI A.ALLENATORI / ALLENATORI / ISTRUTTORI / MAESTRI I<sup>A</sup> SESSIONE ANNO 2020

### Programma del Corso:

Sabato 01.02.2020

**CONI LAZIO – SALA CONFERENZE – Via Flaminia Nuova 830**

Ore 09,15	Raduno / Accredito
“ 09,30	Presentazione del Corso
“ 09,30 - 11,00	Nozioni di associazionismo / terzo settore
“ 11,00 - 13,00	Aspetti civilistici e fiscali ASD e rapporti collaborazione

Sabato 22.02.2020

**SEDE UFFICIO – Via A. RESSI n. 45**

“ 15.00- 17,00	Anatomia / Avviamento allo Sport
“ 17,00 - 19,00	Scienza dell'alimentazione

Sabato 07.03.2020

**SEDE**

“ 15.00- 17,00	Nozioni di Diritto sportivo 1 <sup>A</sup> Parte
“ 17,00 - 19,00	Nozioni di Psicologia sportiva 1 <sup>A</sup> Parte

Sabato 20.03.2020

**SEDE**

“ 15.00- 17,00	Nozioni di Primo soccorso ( Legge Balduzzi BLSD )
“ 17,00 - 19,00	Metodologia allenamento pre agonisti

Sabato 04.04.2020 **SEDE**  
“ 15,00 - 16,30 Cenni storici AM e nascita del Karate  
“ 16,30 - 19,00 Verbali di gara – Regolamenti Federali

Sabato 18.04.2020 **SEDE**  
“ 15,00 - 16,30 Metodologia Sport da Combattimento per Agonisti  
“ 16,30 - 19,00 Preparazione Atletica Per Bambini / Agonisti / Adulti

Sabato 09.05.2020 **SEDE**  
“ 15,00 – 16,30 Nozioni Arbitrali  
“ 16.30 – 19,00 Problematiche antidoping

#### **Istruttori / Maestri**

Sabato 23.05.2020 **SEDE**  
“ 15,00 – 16,30 Nozioni di Psicologia sportiva 2^ Parte  
“ 16.30 – 19,00 Carte Federali 1^ e 2^ Parte

#### **Per tutti propedeutici di Stile :**

Venerdì 05.06.2020 Chianciano Terme – Palamontepaschi  
“ 16,00 – 19,00 Propedeutici di Stile 1^ Parte

Sabato 06.06.2020 Chianciano Terme – Palamontepaschi  
“ 09,00 – 13,00 Propedeutici di Stile 2^ Parte  
“ 16.00 – 19.00 Propedeutici di Stile 3^ Parte

#### **Istruttori / Maestri ( sessione di lavoro a parte )**

“ 15.30 – 19.00 Chianciano Terme – Palamontepaschi  
Approfondimenti e studio Kata

Domenica 07.06.2020  
“ 09.,30 – 13,00 Chianciano Terme – Palamontepaschi  
Test Finali

Il monte ore previsto Obbligatorio è il seguente:

**Per la Qualifica di ALLENATORE Totale ore n. 160 – di cui :**

- N. 30 ore didattica da effettuarsi nel periodo febbraio – maggio 2020
- N. 10 ore Propedeutici
- N. 120 ore pratica tecnica monte ore effettuato nel periodo 01.09.2019 – 31.05.2020 certificato da Maestro o Tecnico di Riferimento presso una A.S.D.

**Per la Qualifica di ISTRUTTORE / MAESTRI Totale ore n. 180 – di cui :**

- N. 40 ore didattica da effettuarsi nel periodo febbraio – maggio 2020
- N. 140 ore pratica tecnica monte ore effettuato nel periodo 01.09.2019 – 31.05.2020 certificato da Maestro o Tecnico di Riferimento presso una A.S.D.

## **IMPORTANTE**

**1 - IL CORSO E' UNIFICATO.**

**2 - AD OGNI INIZIO LEZIONE VERRA' REGISTRATA LA PRESENZA**

**3 - ONDE EVITARE RALLENTAMENTI OD INTERRUZIONI DELLE LEZIONI, SI PREGA RISPETTARE GLI ORARI INDICATI NEL PROGRAMMA**

**4 - PER TUTTA LA DURATA DEL CORSO, NON POSSONO ESSERE FATTE PIU' DI N. 3 ASSENZE. OLTRE TALE LIMITE NON SI POTRA' ESSERE AMMESSI AGLI ESAMI / TEST FINALI**

**5 - QUALORA PER CAUSE DI FORZA MAGGIORE SI VERIFICHI UN CAMBIO DI DATA O LUOGO DI SVOLGIMENTO DEL CORSO, TUTTI I PARTECIPANTI VERRANNO PREVENTIVAMENTE INFORMATI.**