



10 ° STAGE NAZIONALE

Caorle (VE) 22-23-24 Settembre 2017

INDIRIZZO AGONISTICO

GIORNI		ORARI	AGONISTI KATA	DOCENTE	AGONISTI KUMITE	DOCENTE	
VENERDI'	mattina	09:30 - 11:00	<u>KATA</u> : ESERCIZI PROPEDEUTICI E SPECIFICI PER LA STABILITA' DEGLI ARTI INFERIORI ED IL CORRETTO USO DEGLI APPOGGI	Coach Nazionale Kata M° Scapin e M° Simonetti	L'ALLENAMENTO DELLA FORZA ESPLOSIVA ELASTICA RIFLESSA (Stiffness) NEL KUMITE (Teoria e Pratica) 1^ Parte	Centro Nazionale di Formazione e Ricerca M° Romano	
		11:00 - 11:15	BREAK				
		11:15 - 12:30	L'ALLENAMENTO DELLA FORZA ESPLOSIVA NEL KATA (Teoria e Pratica) 1^ Parte	Centro Nazionale di Formazione e Ricerca M° Romano	<u>KUMITE</u> : IL CONTROLLO DELLA TECNICA E IL MANTENIMENTO DELL'ASSETTO DI GUARDIA IN FASE DI ATTACCO E DIFESA	Coach Nazionale Kumite M° Telesca e M° Failla	
		12:30	PAUSA PRANZO				
	pomeriggio	15:00 - 16:30	<u>KATA</u> : KION PROPEDEUTICI DI STILE PER IL MIGLIORAMENTO DELLA MAESTRIA E DEL RITMO	Coord. Naz. Stile e Coach Naz. Kata M° Scapin - M° Artusi M° Savorgnan M° Simonetti	L'ALLENAMENTO DELLA FORZA ESPLOSIVA ELASTICA RIFLESSA (Stiffness) NEL KUMITE (Teoria e Pratica) 2^ Parte	Centro Nazionale di Formazione e Ricerca M° Romano	
		16:30 - 16:45	BREAK				
	16:45 - 18:30	L'ALLENAMENTO DELLA FORZA ESPLOSIVA NEL KATA (Teoria e Pratica) 2^ Parte	Centro Nazionale di Formazione e Ricerca M° Romano	<u>KUMITE</u> : LA CAPACITA' E L'ATTITUDINE DI REAGIRE NELLE SITUAZIONI "PASSIVE O PAUSE" DURANTE LE AZIONI DELL'AVVERSARIO E PROPRIE	Coach Nazionale Kumite M° Telesca e M° V. Pucci		
SABATO	mattina	09:30 - 11:00	<u>KATA</u> : CON OSPITE D'ONORE	M° Luca BRANCALEON	<u>KUMITE</u> : CON OSPITE D'ONORE	M° Jose Manuel EGEA	
		11:00 - 11:15	BREAK				
		11:15 - 12:30	<u>KATA</u> : CON OSPITE D'ONORE	M° Luca BRANCALEON	<u>KUMITE</u> : CON OSPITE D'ONORE	M° Jose Manuel EGEA	
		12:30	PAUSA PRANZO				
	pomeriggio	15:00 - 16:30	COME GESTIRE L'ANSIA DA PRESTAZIONE E COME MANTENERE LA CONCENTRAZIONE IN GARE CHE PREVEDONO LUNGHE ATTESE				Centro Naz. di Form. e Ricerca Dott.ssa Savorgnan
		16:30 - 16:45	BREAK				
	16:45 - 19:00	<u>KATA</u> : CON OSPITE D'ONORE	M° Luca BRANCALEON	<u>KUMITE</u> : CON OSPITE D'ONORE	M° Jose Manuel EGEA		
DOMENICA	mattina	09:30 - 11:00	<u>KATA</u> : CON OSPITE D'ONORE	M° Luca BRANCALEON	<u>KUMITE</u> : CON OSPITE D'ONORE	M° Jose Manuel EGEA	
		11:00 - 11:15	BREAK				
		11:15 - 12:30	<u>KATA</u> : CON OSPITE D'ONORE	M° Luca BRANCALEON	<u>KUMITE</u> : CON OSPITE D'ONORE	M° Jose Manuel EGEA	
		12:30	CHIUSURA STAGE				



10 ° STAGE NAZIONALE

Caorle (VE) 22-23-24 Settembre 2017

INDIRIZZO TECNICO DIDATTICO

GIORNI		ORARI		PROGRAMMA	DOCENTE
VENERDI'	mattina	09:30	11:00	PROGRAMMI D'ESAME DI STILE Shotokan/Wado-ryu/Shito-ryu/Goju-ryu/Shotokai/Uechi-ryu-Okikukai/Synthesis	Commissioni/Coordinatori Nazionali di Stile M° Mion - M° Artusi - M° Savorgnan - M° Masci M° Vecchiet - M° Zilioli - M° Boffelli
		11:00	11:15	BREAK	
		11:15	12:30	PROGRAMMI D'ESAME DI STILE Shotokan/Wado-ryu/Shito-ryu/Goju-ryu/Shotokai/Uechi-ryu-Okikukai/Synthesis	Commissioni/Coordinatori Nazionali di Stile M° Mion - M° Artusi - M° Savorgnan - M° Masci M° Vecchiet - M° Zilioli - M° Boffelli
		12:30		PAUSA PRANZO	
	pomeriggio	15:00	16:30	IL MIGLIORAMENTO DELLA ELASTICITA' MUSCOLO TENDINEA	Commissione Tecnica Nazionale M° Mion
		16:30	16:45	BREAK	
		16:45	19:00	PRATICA DI STILE Shotokan/Wado-ryu/Shito-ryu/Goju-ryu/Shotokai/Uechi-ryu-Okikukai/Synthesis	Commissioni/Coordinatori Nazionali di Stile M° Caccialanza - M° Paci - M° Savorgnan - M° Masci M° Vecchiet - M° Zilioli - M° Boffelli
SABATO	mattina	09:30	11:00	PROGRAMMI D'ESAME DI STILE Shotokan/Wado-ryu/Shito-ryu/Goju-ryu/Shotokai/Uechi-ryu-Okikukai/Synthesis	Commissioni/Coordinatori Nazionali di Stile M° Mion/Caccialanza - M° Artusi - M° Savorgnan M° Berlen - M° Vecchiet - M° Zilioli - M° Boffelli
		11:00	11:15	BREAK	
		11:15	12:30	PROGRAMMI D'ESAME DI STILE Shotokan/Wado-ryu/Shito-ryu/Goju-ryu/Shotokai/Uechi-ryu-Okikukai/Synthesis	Commissioni/Coordinatori Nazionali di Stile M° Mion/Caccialanza - M° Paci - M° Savorgnan M° Berlen - M° Vecchiet - M° Zilioli - M° Boffelli
		12:30		PAUSA PRANZO	
	pomeriggio	15:00	16:30	COME GESTIRE L'ANSIA DA PRESTAZIONE E COME MANTENERE LA CONCENTRAZIONE IN GARE CHE PREVEDONO LUNGHE ATTESE	Centro Nazionale di Formazione e Ricerca Dott.ssa Savorgnan
		16:30	16:45	BREAK	
		16:45	19:00	PRATICA DI STILE Shotokan/Wado-ryu/Shito-ryu/Goju-ryu/Shotokai/Uechi-ryu-Okikukai/Uechi-ryu-Wukko/Sintesis	M° Yoshihiko Iwasaki - Wado Ryu Commissioni/Coordinatori Nazionali di Stile M° Mion - M° Savorgnan - M° Berlen M° Vecchiet - M° Zilioli - M° De Angelis - M° Boffelli
DOMENICA	mattina	09:30	11:00	PRATICA DI STILE Shotokan/Wado-ryu/Shito-ryu/Goju-ryu/Shotokai/Uechi-ryu-Okikukai/Synthesis	M° Yoshihiko Iwasaki - Wado Ryu Commissioni/Coordinatori Nazionali di Stile M° Mion - M° Savorgnan - M° Berlen M° Vecchiet - M° Zilioli - M° Boffelli
		11:00	11:15	BREAK	
		11:15	12:30	PRATICA DI STILE Shotokan/Wado-ryu/Shito-ryu/Goju-ryu/Shotokai/Uechi-ryu-Okikukai/Synthesis	M° Yoshihiko Iwasaki - Wado Ryu Commissioni/Coordinatori Nazionali di Stile M° Mion - M° Savorgnan - M° Berlen M° Vecchiet - M° Zilioli - M° Boffelli
		12:30		CHIUSURA STAGE	



10 ° STAGE NAZIONALE

Caorle (VE) 22-23-24 Settembre 2017

INDIRIZZO ARBITRALE

GIORNI		ORARI		AGGIORNAMENTO ARBITRI NAZ. 1 ^ CAT.	DOCENTI	FORMAZIONE ARBITRI NAZ. 2 ^ E 1 ^ CAT.	DOCENTI
VENERDI'	pomeriggio	15:00	16:45	KATA: ANALISI OGGETTIVA ED APPLICAZIONE DEI CRITERI DECISIONALI TRAMITE L'USO DI UN SOFTWARE DIDATTICO	M° Valeri M° Visciano	KATA: ANALISI OGGETTIVA ED APPLICAZIONE DEI CRITERI DECISIONALI TRAMITE L'USO DI UN SOFTWARE DIDATTICO	M° Valeri M° Visciano
		16:45	17:00	BREAK			
		17:00	18:00	PRATICA KATA: Studio ed analisi delle caratteristiche dello stile Goju-ryu	M° Masci	PROVA DI KATA : ESECUZIONE DI DUE KATA UNO DEL PROPRIO STILE ED UNO DI UNO STILE DIVERSO	C.N.U. di G./C.T.N.
		18:00	19:00	PRATICA KATA: Studio ed analisi delle caratteristiche dello stile Shotokan	M° Mion	L'UFFICIALE DI GARA: LA FIGURA DELL'ARBITRO E CODICE COMPORTAMENTALE	M° Valeri
SABATO	mattina	08:30	11:00	KUMITE: ANALISI OGGETTIVA ED APPLICAZIONE DEI CRITERI PER DETERMINARE un Ippon o un Waza-Ari	M° Valeri M° Visciano	KUMITE: ANALISI OGGETTIVA ED APPLICAZIONE DEI CRITERI PER DETERMINARE un Ippon o un Waza-Ari	M° Valeri M° Visciano
		11:00	11:15	BREAK			
		11:15	12:30	PRATICA KATA: Studio ed analisi delle caratteristiche dello stile Wado-ryu	M° Artusi	KUMITE: LA GESTUALITA' E LA MODALITA' DI CONDUZIONE DI UN INCONTRO	M° Valeri
			12:30	PAUSA PRANZO			
	pomeriggio	15:00	16:30	PRATICA KATA: Studio ed analisi delle caratteristiche dello stile Shito-ryu	M° Savorgnan	KUMITE: SIMULAZIONI E CASISTICHE	C.N.U. di G./C.T.N.
		16:30	16:45	BREAK			
		16:45	19:00	ARBITRAGGIO: KUMITE CON GLI ATLETI DELLA NAZIONALE (verifica per gli atleti)	C.N.U. di G./C.T.N.	ARBITRAGGIO: KUMITE CON GLI ATLETI DELLA NAZIONALE (verifica per gli atleti)	C.N.U. di G./C.T.N.
DOMENICA	mattina	08:30	11:00	ARBITRAGGIO: KATA CON GLI ATLETI DELLA NAZIONALE (verifica per gli atleti)	C.N.U. di G./C.T.N.	ARBITRAGGIO: KATA CON GLI ATLETI DELLA NAZIONALE (verifica per gli atleti)	C.N.U. di G./C.T.N.
		11:00	11:15	BREAK			
		11:00	12:30	TEST DI VERIFICA	C.N.U. di G.	TEST ESAME DI QUALIFICA	C.N.U. di G.
		12:30		CHIUSURA STAGE			