



FEDERAZIONE ITALIANA KARATE

COMITATO REGIONALE LOMBARDIA



11/10/2020 – Lett. n.06 /20

Alle Società/Associazioni affiliate

OGGETTO: Incontri Regionali per Agonisti/preagonisti

INCONTRI REGIONALI AGONISTI E PREAGONISTI

Vengono organizzati **DUE** incontri regionali per **Agonisti** e **Preagonisti**, in cui verrà eseguito uno specifico programma di lavoro distinto tra le due specialità: kata e kumite. Questi incontri rappresentano un'importante opportunità atta a fornire ulteriori strumenti per la crescita del livello tecnico e prestazionale dei nostri atleti e che non vuole sostituirsi al fondamentale operato delle associazioni, bensì affiancarsi a tale lavoro offrendo situazioni di approfondimento, confronto ed arricchimento. Per tali premesse e principi di fondamento, mi auguro che ci sia una massiva ed allargata partecipazione all'intera iniziativa. Gli incontri si svolgeranno con il seguente calendario:

- **domenica 1 novembre 2020** dalle 09:00 alle 12:00 presso il Palazzetto dello Sport in via Aldo Moro a Misano di Gera d'Adda BG.
- **domenica 24 gennaio 2021** dalle 09:00 alle 12:00 presso il Palazzetto dello Sport in via Aldo Moro a Misano di Gera d'Adda BG

Gli stage agonisti/preagonisti saranno tenuti da docenti Nazionali/Regionali

Gli incontri sono aperti a tutti gli atleti **agonisti dai 12 anni ai 40 anni** e per **preagonisti dai 7 agli 11 anni** purchè tesserati FIK. Per quanto riguarda **il grado minimo**, a seguito di richieste dalle società e specifica valutazione e programmazione tecnica, è stato fissato:

AGONISTI: per le specialità **kata e kumite** grado minimo **Cintura arancio**.

Programma 1° incontro

Kata cinture marroni-nere	M° Valeria Gazzaniga	Specializzazione kata Enpi - Gojushiho Dai
Kata cinture colorate	M° Antonio Silvani	Studio/prove kata Heian Sandan –Yondan- Godan
Kumite	M° Mo Ndi Marcel	Kumite Sanbon

PREAGONISTI: per le specialità **kata e kumite** grado minimo **Cintura arancio**.

Programma 1° incontro

Kata Shotokan	M° Alfredo Pirola	Studio e prove kata Heian Nidan –Sandan - Yondan
Kumite	M° Ivan Guzzi	Kumite Nihon

La serie dei 2 incontri è da considerarsi come un vantaggio di opportunità fornito ai nostri atleti agonisti. Le quote di partecipazione sono:

- **Agonisti:** €15.00 di iscrizione ad ogni singolo appuntamento **da versare in sede d' incontro**
- **Preagonisti:** €10.00 di iscrizione ad ogni singolo appuntamento **da versare in sede d' incontro**

Per il primo incontro le iscrizioni dovranno pervenire alla segreteria del Comitato Regionale Fik Lombardia ([email: lombardia@federkarate.it](mailto:lombardia@federkarate.it)) attraverso l'allegato modulo entro e non oltre giovedì **29 ottobre 2020**. Non verranno accettate iscrizioni in sede di stage

Con l'augurio di una numerosa partecipazione da parte di tutti, saluto cordialmente

Segreteria FIK
Comitato Regionale Lombardia

Federazione Italiana Karate – Comitato Regionale Lombardia

Via Fontanine 23- 24053 Brignano Gera d'Adda BG .C.F. 95199880162

T: +39 338 2125594 – F: +39 0363 1920178 – @: lombardia@federkarate.it – W: www.federkarate.it/lombardia