



# FEDERAZIONE ITALIANA KARATE

## COMITATO REGIONALE LOMBARDIA



04/10/2021 – Lett. n°.06/21

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 17 ottobre 2021** dalle 09:00 alle 12:00 presso il Palazzetto dello Sport in via Sant Antonio da Padova a Mariano Comense, frazione Perticato CO.
- **domenica 16 gennaio 2022** dalle 09:00 alle 12:00 presso il Palazzetto dello Sport in via Fontanine a Brignano 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 - GANKAKU |
| Kata cinture colorate     | M° Antonio Silvani   | Studio/prove kata Heian              |
| 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 |
| Kumite        | M° Gasparetti Andrea | Kumite Nihon              |

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 venerdì **15 ottobre 2021**.

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 San Vittore 79 - 24041 Brembate BG .C.F. 95199880162

T: +39 338 2125594 – @: [lombardia@federkarate.it](mailto:lombardia@federkarate.it) – W: [www.federkarate.it/lombardia](http://www.federkarate.it/lombardia)