

**Ai Presidenti Regionali
Ai Presidenti Provinciali / Zonali
Alle Associazioni Sportive
Dilettantistiche di Arti Marziali**

Roma ...

LORO SEDI

Rif.

Oggetto:

**STAGE NAZIONALE
di formazione e aggiornamento tecnico
JUDO, JU JITSU, SELFE DEFENCE
17 e 18 Maggio 2014**

Luogo: SAN ZENONE AL LAMBRO (MI)

Sede Stage: Palazzetto dello Sport del Centro Sportivo Comunale "Antonio Torsa"
Via Mamoli, 7

**LO STAGE È APERTO A TUTTI I PRATICANTI DI ARTI MARZIALI
DI QUALSIASI ETÀ E GRADO IN REGOLA CON IL TESSERAMENTO
ED IN POSSESSO DI CERTIFICATO MEDICO E COPERTURA ASSICURATIVA**

LE ISCRIZIONI DOVRANNO PERVENIRE ALLA SEGRETERIA NAZIONALE
UTILIZZANDO GLI APPOSITI MODULI ALLEGATI

ENTRO E NON OLTRE IL 10 MAGGIO 2014

Le quote di adesione allo Stage sono:

bambini € 10.00, ragazzi da 16 anni in poi e adulti € 20.00 da versare in sede di Stage.

Programma dello stage nazionale di Judo e Ju-Jitsu

17-18 maggio 2014 San Zenone al Lambro - Milano

Palazzetto dello Sport - Centro Sportivo Comunale

Orari

Sabato	ore 9.00-9.30: iscrizioni	Domenica	ore 9.00-12.30: stage
	ore 9.30-12.30: stage		ore 12.30-13.00: chiusura stage
	ore 15.00-18.00: stage		

Lo stage è aperto a tutti i praticanti di arti marziali, adulti e bambini a partire dai 6 anni, iscritti a qualsiasi Ente o Federazione sportiva purché in possesso di certificato medico ed assicurazione.

Quote di partecipazione:	€ 10.00	bambini fino ai 15 anni
(da versare in loco)	€ 20.00	adulti e ragazzi dai 16 anni

Per i bambini, in base ad età e tipologia dei partecipanti, si potrà adottare un orario più ridotto.

Programma tecnico:

JUDO adulti: principi dinamici sottesi alle tecniche del Judo tradizionale con esemplificazioni pratiche ed esercizi mirati

JUDO bambini: esercizi propedeutici alle cadute, alle tecniche di base ed alla lotta a terra

Ju-Jitsu e Self Defence: tecniche e principi della difesa a mani nude contro attacchi con o senza armi

Docenti:

per Judo; Jujitsu e Self Defence

M° Francesco Zaccheo 7° dan

M° Casimiro Cammareri 7° dan

M° Aldo Rho 7° dan

M° Pietro Zizza 6° dan

M° Nazzareno Petrini 6° dan

M° Vincenzo Negrinotti 4° dan

Le iscrizioni dovranno pervenire entro e non oltre il 10 maggio compilando i moduli allegati ed inviandoli alla Segreteria Nazionale A.S.C. oppure ai responsabili della Commissione Tecnica. Si allega anche elenco delle strutture alberghiere esistenti in loco, alle quali gli interessati dovranno rivolgersi direttamente per ogni esigenza, con indicazioni stradali per raggiungere il luogo dello stage.

La C.T. Nazionale: Nazzareno Petrini - Aldo Rho - Francesco Zaccheo

Contatti:

Segreteria Nazionale A.S.C. : segreteria@ascosport.it tel. 0689766 fax 0623328923
M° Nazzareno Petrini : judotkzen-o@alice.it tel. 3386168182
M° Aldo Rho : aldo.rho@hotmail.it tel. 3452234344.
M° Francesco Zaccheo : zaccheo.francesco@alice.it tel. 3478249534