



ENTE DI PROMOZIONE
SPORTIVA
RICONOSCIUTO
DAL CONI

Corso completo di Cintura Nera ed Istruttore di PENCAK SILAT
Stile Citenbak
Anno Accademico 2018/2019
I^a edizione
Palermo 02 Dicembre 2018/09 Novembre 2019

OBIETTIVI e DESTINATARI del Corso

L'Ente di Promozione Sportiva "Attività Sportive Confederate" (A.S.C.) con la costituzione dell'area A.S.C. Academy intende perseguire i compiti istituzionali e statutari della formazione dei propri operatori sportivi sulla base del "Piano Nazionale della Formazione A.S.C.", secondo le norme previste dal Sistema Nazionale delle qualifiche degli operatori sportivi del C.O.N.I. (SNaQ).

A.S.C. Comitato Regionale Sicilia per l'anno accademico 2018-2019 indice ed organizza, in collaborazione con l'A.D.P.C. Kkienn Budo Club Palermo, il "Corso completo di istruzione tecnica e didattica per Cintura Nera ed Istruttore di Pencak Silat scuola Citenbak" - 1^a edizione - con gli obiettivi di formare e preparare persone all'insegnamento dell'Arte Marziale Pencak Silat scuola Citenbak e favorirne la divulgazione.

Il corso sarà aperto ad un massimo di 30 partecipanti, secondo i criteri di seguito indicati, che dovranno far pervenire la domanda di partecipazione entro il giorno Mercoledì 28 Novembre presso la segreteria del Comitato Regionale Sicilia Via Emanuele Notarbartolo, 1/G 90141 Palermo (per info Tel. 091514321 dal Lunedì al Venerdì ore 09,00/14,00 email sicilia@ascsport.it)) o presso l'Accademia di Arti Marziali - Dojo - via Sampolo 123/B Palermo (per info Tel. 339 3522417 dal Lunedì al Venerdì ore 16,00/20,00 email info@kkiennbudoclub.it)

Modalità di Presentazione della Domanda

(Tipologia degli aventi diritto all'ammissione)

La domanda di partecipazione (ved. Allegato) potrà essere consegnata direttamente presso la Segreteria del Comitato Regionale Sicilia A.S.C. Via Notarbartolo 1/G - 90141 Palermo. In alternativa potrà essere inviata via email all'indirizzo sicilia@ascsport.it in unico file in formato PDF o presso l'Accademia di Arti Marziali - Dojo - via Sampolo 123/B Palermo email info@kkiennbudoclub.it

I candidati dovranno allegare alla domanda i seguenti documenti (in .pdf):

- Attestazione di grado (minimo cintura marrone I° Kyu o equivalente in un Arte Marziale riconosciuta - Registro C.O.N.I. 2.0)
- Copia tessera atleta e/o istruttore Ente di Promozione Sportiva A.S.C. in corso di validità (o di un altro E.P.S./FSN)
- Attestazione di grado didattico in un Arte Marziale riconosciuta (Registro C.O.N.I. 2.0) - criterio non obbligatorio ma preferenziale.



Presentazione della Disciplina: PENCAK SILAT stile CITENBAK

Il Pencak Silat scuola Citenbak (o Citembak) è contraddistinto dal motto/principio: Kuat, Cepat, Dekat che significa: Forte, Veloce, Vicino.

Questa scuola indonesiana dell'isola di Giava è stata insegnata dal M° Agung Aliit Sumandi di Bali al maestro Maurizio Maltese, pioniere e riconosciuto esperto delle scuole marziali del Sud-Est Asiatico in Occidente. Il Maestro Agung e la sua scuola sono state citate nel fondamentale libro "Indonesian Martial Arts" del famoso studioso e professore in Oplologia Donn F. Draeger.

Il nome "Tenbak" significa sparo, esplosione. Possiamo pertanto capire la natura di questo prezioso stile di cui la Federazione Istituti Superiori Arti Marziali (F.I.S.A.M.) e il professor Maurizio Maltese sono diventati unici depositari dopo la morte del maestro Caposcuola Maestro Agung Aliit Sumandi. Diverso dagli altri stili di Silat conosciuti, il Citenbak si configura come un metodo particolarmente adatto alla difesa personale, di immediata efficacia e alla portata di tutti, e molto interessante per chi pratica altre discipline marziali.

Sede di Svolgimento:

Sede del corso: Accademia di Arti Marziali – Dojo – via Sampolo 123/B – Palermo

Durata in ore di lezione:

n.° 54 ore di lezione (48h pratica + 6h teoria) e 50 ore di esercitazioni didattiche intra moenia.

Data inizio: Domenica 02 Dicembre 2018 Data fine: Domenica 09 Novembre 2019

N° partecipanti previsti: 30 partecipanti (minimo adesioni n.° 15)

Finalità dell'evento formativo:

Formazione tecnica e didattica di Cintura Nera ed Istruttore di Pencak Silat scuola Citenbak con rilascio del grado di Cintura Nera e Istruttore a superamento esame di verifica finale.

Articolazione del percorso formativo

Programma sintetico per livelli di studio

Gialla: una giornata - colpi con arti superiori

Arancio: una giornata - ripasso cintura precedente e colpi con prese e legature

Verde: una giornata - ripasso cinture precedenti e calci e difesa da calci

Blu: due giornate - ripasso + colpi e proiezioni

Marrone: due giornate - ripasso + armi (bastone (tongkah) e difesa da bastone)

Nera : due giornate - ripasso + Pisau e trisula (coltello e sai)

All'interno delle giornate, oltre l'addestramento tecnico, sono previsti interventi sulla natura del Pencak Silat, la storia dello stile Citenbak, le modalità classiche di insegnamento ed esercitazioni didattiche.

Alla fine di ogni incontro verranno assegnate delle esercitazioni da effettuare nell'intervallo temporale con l'incontro successivo (n.°4 esercitazioni di 5h la prima, 10h la seconda, 15h la terza e 20h la quarta). Saranno compiute delle verifiche progressiva all'interno degli incontri stessi.

L'esame di valutazione sarà effettuato alla fine del percorso didattico (Domenica 09 Settembre), ma faranno fatte prove di assimilazione durante le lezioni previste.

Per accedere all'esame finale sarà necessario:

- Aver partecipato almeno a quattro incontri e aver effettuato il recupero della lezione a cui non si ha partecipato concordando con il direttore maestro Amari che ne certificherà l'adempimento.
- Consegnare le esercitazioni periodiche o l'attività sotto tirocinio nei termini previsti

- Calendario del Corso (indicativo dal 3° appuntamento in poi)					
GIORNO	DATA	ORARIO		ORE DI LEZIONE	ARGOMENTO
Domenica	02 Dicembre 2018	10,00/13,00	15,00/18,00	6	programma cintura gialla
Sabato	12 Gennaio 2019	10,00/13,00	15,00/18,00	6	programma cintura arancio
Domenica	13 Gennaio 2019	10,00/13,00	15,00/18,00	6	programma cintura verde
Sabato	4 Aprile 2019	10,00/13,00	15,00/18,00	6	programma cintura blu
Domenica	5 Aprile 2019	10,00/13,00	15,00/18,00	6	approfondimento programma delle cinture gialla, arancio e verde
Sabato	6 Luglio 2019	10,00/13,00	15,00/18,00	6	programma cintura marrone
Domenica	7 Luglio 2019	10,00/13,00	15,00/18,00	6	approfondimento programma delle cinture gialla, arancio, verde e blu
Sabato	8 Settembre 2019	10,00/13,00	15,00/18,00	6	Programma cintura nera
Domenica	9 Settembre 2019	10,00/13,00	15,00/18,00	6	approfondimento programma delle cinture gialla, arancio, verde, blu, marrone
		18,15/ 20,00			Esami
		Totale Ore Lezione		54	

(indicativo dal 3° appuntamento in poi - Le date successive al secondo incontro saranno concordate dai corsisti con l'organizzazione e il maestro Maltese, intorno alle date indicative su riportate)

+ n.° 50h di esercitazioni assegnate

Docenti:

Il direttore del corso è il maestro Adriano Amari, Istruttore di Pencak Silat, formatore regionale A.S.C. di 2° Livello. Ottavo livello EQF europeo discipline del sud est asiatico. Maestro di Ju Jitsu (tradizionale e moderno), e istruttore Kali Filipino.

Docente tecnico esperto del Pencak Silat Citenbak è il professore Maurizio Maltese attuale caposcuola di questa disciplina, pioniere delle Arti Marziali del Sud-Est Asiatico e direttore tecnico della Federazione Istituti Superiori Arti Marziali (F.I.S.A.M.) che da anni si occupa della diffusione in Italia ed Europa di queste discipline. Accademico ed esperto Euthetics-Etsia (Bruxelles), per il Sud Est asiatico. Ottavo livello EQF europeo discipline del sud est asiatico. Head Master Individual Conflict Management. Autore di numerosi libri e video sulle arti marziali e sull'auto-miglioramento diffusi in Italia e all'estero. Diplomato in arti marziali tradizionali thailandesi (Yala). Professore di stato MIUR ed esperto in didattica. Ha insegnato difesa personale in corsi di formazione alla facoltà di Scienze Motorie di Milano.

Quota di partecipazione e modalità di versamento

Quota di Partecipazione € 400,00 in unica rata, oppure:

- in allegato alla domanda, € 50,00, 200€ al secondo seminario e 150€ (saldo) al terzo (tutto entro il mercoledì precedente il seminario in oggetto).

Le quote potranno essere versate con bonifico bancario sul conto corrente intestato a Kkienn Budo Club Dilettantistica Sportiva – Banca Prossima – IBAN IT29 Q033 5901 6001 0000 0132 037

Causale: "CORSO ISTRUTTORE Pencak Silat 1° livello" (specificare: Iscrizione – Prima Rata – Saldo).

Le ricevute di avvenuto bonifico dovranno essere inviate via email all'indirizzo: info@kkiennbudoclub.it

(o di persona, direttamente nella sede indicata)

Nella quota corso, superate le verifiche richieste, è compreso il diploma A.S.C. e la tessera di Istruttore di livello, e il diploma Fisam. Sarà possibile richiedere anche la certificazione europea EQF Euthetics – Etsia (extra - vedere più avanti), da adempiere un ulteriore passaggio che verrà illustrato durante il corso.

Valutazione dei risultati raggiunti:

L'esame di valutazione sarà effettuato alla fine del percorso didattico, e saranno fatte prove di assimilazione durante le lezioni previste.

L'esame finale comprenderà:

- Dimostrazione del programma tecnico studiato;
- Test di conduzione di lezione tipo;
- Domande sulla Teoria del Pencak Silat con particolare riferimento allo stile Citenbak.

Qualifiche Finali

Chi supererà il corso riceverà il grado di Cintura Nera e Istruttore in Pencak Silat stile Citenbak valido sul territorio nazionale in tutti gli impianti sportivi sul territorio nazionale affiliati A.S.C. La qualifica acquisita è certificata con la classificazione internazionale delle professioni ISCO-08 (codice 342 Sport and fitness workers) e con la classificazione nazionale professioni ISTAT 2011 (CP 2011) codice 3.4.2.4.0 – "Istruttori di discipline sportive non agonistiche".

L'A.S.C. rilascerà diploma e tesserino tecnico. Il tesserino tecnico dovrà essere successivamente rinnovato annualmente a decorrere dal 1° gennaio 2020. Il tesserino tecnico A.S.C. è coperto da assicurazione R.C.T. (si invita a prendere visione del testo integrale del contratto disponibile sul sito www.ascsport.it - area assicurazioni).

Con la qualifica acquisita il tesserato può avvalersi del contratto CCNL SPORT sottoscritto in data 22 dicembre 2015 tra la Confederazione dello Sport, Confcommercio Imprese per l'Italia, e le sigle sindacali SLC-CGIL-FISASCATCISL-UILCOM-UIL. L'attestato ha una validità fino ad un eventuale conseguimento di una qualifica superiore. Il raggiungimento del risultato di apprendimento durante il percorso formativo potrà consentire l'acquisizione di un massimo di 10 punti di credito.

La F.I.S.A.M. rilascerà parimenti il suo diploma di Cintura Nera ed Istruttore.

Attraverso la stessa F.I.S.A.M. sarà possibile conseguire l'EQF europeo tramite Eurethics – Etsia Bruxelles a cui la F.I.S.A.M. è affiliata.