



Roma, 10.01.2019 Prot.n.18

Ai Comitati Regionali AICS  
Ai Comitati Provinciali AICS  
Alle Società di Karate AICS  
Loro Sedi

**Oggetto: Corso di Formazione per Istruttori di Karate – Calalzo di Cadore (BL) – 2-3 marzo 2019 (primo appuntamento).**

L'AICS Direzione Nazionale, Dipartimento Sport, indice ed organizza, in collaborazione con l'ASD IEFESO Club, il Comitato Provinciale di Belluno il **Corso di Formazione per Istruttore di Karate** con rilascio di diploma e di tesserino di Istruttore Nazionale AICS di Karate. **Il corso si articola su sei incontri, il primo si terrà nei giorni 2 e 3 marzo p.v.. Le successive cinque date saranno calendarizzate, in accordo con i partecipanti, durante lo svolgimento del primo step.**

**Durata complessiva del Corso:**

h. di lezioni teoriche 55

h. di lezioni pratiche 41

Totale h. di durata del Corso 96

Il Corso si svolgerà presso la Palestra IEFESO CLUB di Calalzo di Cadore (BL) - Via G. De Stefani, 45 – tel. 0435/33180, con il seguente orario:

**Sabato 2 marzo**

h. 9.00-13.00 / h. 15.00-19.00.

**Domenica 3 marzo**

h. 9.00-13.00 / h. 15.00-19.00.



## **Programma teorico:**

Materie: Anatomia, Fisiologia applicata allo sport, Biomeccanica, Neurologia, Scienza dell'alimentazione, Psicologia e Psicopedagogia dello sport, Pronto soccorso, teoria e metodologia dell'allenamento, elementi di teoria della comunicazione.

## **Pratica:**

- Tecniche fondamentali
- Kata: 5 heian, 3 tekky, Bassai dai, Kanku dai, enpi, Jon, Hangetsu, Jitte, Bassai sho, Kanku sho, Niju sho, Gankaku.
- Kumite
- Intelligenza motoria e karate dai 4 ai 12 anni
- Karate per diversamente abili
- Karate e terza età

## **Per poter accedere al Corso il richiedente deve:**

- avere il grado minimo di cintura nera 2° dan, oppure essere 1° dan da almeno 2 anni (l'esame di 2° dan sarà sostenuto contestualmente all'esame di Istruttore);
- aver svolto negli ultimi due anni, prima della domanda di ammissione, un tirocinio sotto la guida diretta dell'Insegnante Tecnico titolare, con particolare attenzione agli aspetti tecnico-didattici della disciplina, di almeno 160 ore l'anno presso una Società Sportiva affiliata;
- non aver riportato condanne penali passate in giudicato per reati non colposi e pene detentive superiori ad un anno ovvero pene che comportino l'interdizione dai pubblici uffici superiori ad un anno; non aver riportato nell'ultimo decennio, salvo riabilitazione, squalifiche o inibizioni sportive definitive complessivamente superiori ad un anno, da parte delle Federazioni Sportive Nazionali, delle Discipline Sportive Associate, degli Enti di Promozione Sportiva, del CONI o di Organismi Sportivi Internazionali riconosciuti.

**ISCRIZIONI:** inviare tramite e-mail al Dipartimento Sport [dnsport@aics.info](mailto:dnsport@aics.info) e a [info@iefeso.it](mailto:info@iefeso.it) i dati compilati sulla scheda allegata e la dichiarazione del Presidente dell'Associazione d'appartenenza (fac-simile allegato) entro e non oltre il **8 febbraio p.v.**

**Quota di partecipazione: € 600,00** da versare tramite bonifico bancario intestato a: AICS Direzione Nazionale - IBAN IT22X0103003209000001370102 – Causale: Quota Iscrizione Corso Istruttore Karate. Inviare copia del bonifico agli indirizzi e-mail predetti.

Il costo, convenzionato, del pernottamento e prima colazione presso l'Ostello, dove si svolgeranno le lezioni teoriche (ubicato accanto alla Palestra), è di € 120,00 a persona per i sei incontri. Per le relative prenotazioni gli interessati potranno contattare direttamente l'Ostello Sig. Mattia 349/4968924.

Cordiali saluti.

Il Presidente AICS  
On. Bruno Molea



## DICHIARAZIONE DEL PRESIDENTE

Il sottoscritto \_\_\_\_\_

Presidente dell'ASD \_\_\_\_\_ dichiara che

il Sig. \_\_\_\_\_

ha svolto un tirocinio di h. 160 come Istruttore di Karate alla data del \_\_\_\_\_

Il Presidente

\_\_\_\_\_

Data.....

**(da stampare su carta intestata della Società ed inviare in allegato alla scheda di iscrizione, completa di copia del bonifico effettuato)**