

Prot. 43 Milano, 8 dicembre 2018

**Oggetto: Seminario EJU "Improve your club" 12-13 gennaio 2019**

Il Comitato Regionale **Fijlkam Lombardia settore judo** organizza, nelle giornate di **sabato 12 e domenica 13 gennaio 2019**, presso la palestra del Cus Bergamo, **in via Verdi 56, a Dalmine (BG)**, un seminario EJU "Improve your club", finalizzato ad offrire una formazione altamente qualificata agli insegnanti di judo.

L'argomento del seminario è **la didattica e la preparazione fisica per le fasce giovanili (Esordienti e Cadetti)**.

Obiettivo del Seminario è costruire competenze sulla progettazione e realizzazione di programmi di allenamento per le fasce giovanili.

*Docenti del corso*

**Stefano Frassinelli**

*Preparatore atletico Russia judo*

**Mansur Isaev**

*Campione Olimpico Londra 2012 – coach Russia Judo*

**Batradz Kaitmazov**

*Vice Campione d'Europa 2010 – coach Russia judo*

**Giuseppe Maddaloni**

*Campione Olimpico Sydney 2000 – Arbitro Mondiale*

**Ivan Nifontov**

*Campione del Mondo Rotterdam 2009 – Coach Russia judo*

**Patrick Roux**

*Campione d'Europa 1987 – Eju Expert - Coach Russia judo*

*Programma del corso***Sabato 12 gennaio 2019**

- 10:00 - 11:00 **Apertura del seminario** (Patrick Roux)  
**L'organizzazione dei corsi giovanili fino alla fascia cadetti** (Patrick Roux)
- 11:00 - 12:00 **Lo sviluppo fisico dei judoka delle fasce esordienti e cadetti - parte I** (Stefano Frassinelli)
- 12:00 - 13:00 **Gli *ashi-waza* come tecniche prodromiche al *tokui-waza*** (Batradz Kaitmazov)
- 15:00 - 16:00 **Didattica di *seoi-nage*** (Mansur Isaev)
- 16:00 - 17:00 ***Renraku-waza*: il concetto delle combinazioni multiple** (Ivan Nifontov)
- 17:00 - 18:00 ***Tachi-Waza*: il collegamento tra attacco avanti e indietro** (Giuseppe Maddaloni)

**Domenica 13 gennaio 2019**

- 10:00 - 11:00 ***Hairi kata*** (Batradz Kaitmazov)
- 11:00 - 12:00 **Lo sviluppo fisico dei judoka delle fasce esordienti e cadetti - parte II** (Stefano Frassinelli)
- 12:00 - 13:00 **Conclusioni del seminario** (Patrick Roux)

\*\*\*

fuori dal seminario:

- 14:00 - 15:30 **Allenamento per le fasce esordienti B / Cadetti**  
**Acrobatica** (Mansur Isaev)  
**uchi komi e randori** (Ivan Nifontov)

**Costi**

**50 euro:** costo dell'intero seminario

**30 euro:** costo della singola giornata

**12 euro:** costo dell'allenamento di domenica 13 gennaio (ore 14:00) per atleti delle classi esordienti B e cadetti (gli atleti convocati nella squadra regionale non devono pagare).

N.B.: I tecnici che hanno partecipato al corso non devono pagare per assistere all'allenamento di domenica 13 gennaio ore 14:00

**Iscrizioni**

Il corso è aperto a tutti gli Insegnanti tecnici e atleti Fijlkam o EPS sarà ritenuto valido come corso di aggiornamento obbligatorio per i tecnici della Lombardia per il 2019, con la valenza di un modulo di 8 ore. (N.B. l'iscrizione al Seminario non fa parte della quota di aggiornamento obbligatoria, che andrà comunque versata).

Verrà rilasciato un attestato di partecipazione a fine corso.

**ATTENZIONE:**

**L'accesso alla palestra sarà consentito solo a tecnici e atleti iscritti al seminario**

È possibile iscriversi al seminario, fino ad esaurimento posti, tramite compilazione del modulo in allegato e contestuale pagamento della quota di iscrizione tramite bonifico.

Le iscrizioni pervenute, **complete di attestazione di pagamento**, devono essere inviate a [segreteria.judo@fijlkamlombardia.it](mailto:segreteria.judo@fijlkamlombardia.it) entro il 29 dicembre 2018

**ATTENZIONE:** Le domande di iscrizione senza attestazione di pagamento non saranno ritenute valide.

**BENEFICIARIO: COMITATO REGIONALE LOMBARDIA FIJKAM-JUDO**

**IBAN: IT26N010050160000000012976**

**CAUSALE: 035 cognome nome eju seminar**

Crl judo



**Patrick Roux**

Campione d'europa '87;  
 bronzo mondiale '87;  
 Attualmente coach della nazionale femminile russa

**Stefano Frassinelli**  
 Preparatore atletico nazionale russa e docente universitario



**Mansur Isaev**

oro olimpico Londra 2012  
 bronzo mondiale 2009  
 attuale coach nazionale russa

**Ivan Nifontov**  
 bronzo olimpico Londra 2012  
 oro mondiale 2009  
 oro europeo 2009  
 attuale coach nazionale russa



**Batradz Kaytmazov**

argento campionati d'Europa 2010

**Giuseppe Maddaloni**  
 oro olimpico Sydney 2000  
 oro europeo '98 e '99  
 coach nazionale Italiana 2012- 2015  
 attuale coach fiamme oro e arbitro mondiale



**MODULO D'ISCRIZIONE**

- ATLETA  
 INSEGNANTE TECNICO  
 UFFICIALE DI GARA

\_\_\_/\_\_\_ sottoscritto/a

\_\_\_\_\_,  
Cognome Nomenat \_\_\_ a \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_) il \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_,  
Comune Prov.

domiciliato/a \_\_\_\_\_ a

\_\_\_\_\_  
Cap Comune

Prov.

in Via \_\_\_\_\_ N° \_\_\_\_\_, Codice  
Fiscale

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

telefono \_\_\_\_\_

indirizzo di posta elettronica  
\_\_\_\_\_

titolo di studio \_\_\_\_\_ professione \_\_\_\_\_

tesserato per l'anno in corso con Licenza Federale N°

- EPS \_\_\_\_\_

a favore della Società Sportiva: \_\_\_\_\_ Cod. 

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

con la Qualifica di \_\_\_\_\_ con il Grado di \_\_\_\_\_

**CHIEDE DI ESSERE ISCRITTO AL SEMINARIO**

in programma a: \_\_\_\_\_ il \_\_\_\_\_

\_\_\_ I \_\_\_ sottoscritt \_\_\_ dichiara che è in possesso dei requisiti previsti nelle norme federali, che quanto sopra affermato corrisponde a verità e che è a conoscenza che ogni dichiarazione **FALSA** comporta automaticamente l'annullamento della partecipazione al Corso ed all' Esame ed il deferimento al Giudice Sportivo.

\_\_\_\_\_  
Firma