



FESIK

FEDERAZIONE EDUCATIVA SPORTIVA ITALIANA KARATE

Riconosciuta dallo Stato Italiano n.421 del 10/07/2003

Settore Difesa Personale



Circolare n° 01 del 16/12/09

Oggetto: Stage Interregionale di krav maga e difesa personale FESIK&DA

Cari amici, come già anticipatovi sul nostro portale www.fesikselfdefense.org la presente per invitarvi allo stage interregionale di krav maga e difesa personale che si terrà il 20-21 Febbraio 2010 a Brescia, quartiere Fiumicello, via Luciano Manara 23.

Palestra del centro parrocchiale: per quanti provenienti dalla autostrada A4 si consiglia l'uscita Brescia Ovest, seguire direzione per la Valtrompia, uscita via Milano (via Manara è una traversa di via Milano).

Programma:

Sabato 20 Febbraio: ore 14.30- 15.15 controllo iscrizioni e annotazioni ore Passaporto sportivo

- Dalle ore 15.15- 15.30 saluto del presidente Dr. Osvaldo Angelini
- Dalle 16.45 alle 17.30 – impostazione corso antiaggressione femminile “progetto donna sicura fesik”.
- Dalle 17.30 alle 19.30 tecniche fondamentali di krav maga Hagana Atzmit (difesa personale civile) difesa da armi bianche e corpi contundenti.

Domenica 21 Febbraio: dalle 9.00 alle 10.30 (teoria in aula)- Psicologia - Dott.ssa Chiara Gnesi Psicologa : “il ruolo dell'istruttore nella conduzione dell'allenamento di gruppo”.

- Dalle 10.30 alle 11.30 Protezione VIP, controllo urbano e scorta
- Dalle 11.30 alle 12.30 Maneggio e uso dello Stick o Baton versione Municipal Police.
- **Costo stage aperto a tutti, anche non praticanti, (solo dalle 17.30 alle 19.30) euro 25**
- **Costo stage un solo giorno euro 50 = 4 ore di crediti formativi per esami tecnici nazionali**
- **Costo stage due giorni euro 80 = 8 ore di crediti formativi per esami tecnici nazionali**

Docenti:

- Ciro Varone, Direttore tecnico nazionale
 - Ramponi Daniele, regional teacher
 - Varone Antonio, regional teacher
 - Sajetti Alessandro, regional teacher
- Angelo Evangelisti, responsabile Police e Security Force
 - Marco Ceccarini, Police e Security Force
 - Chiara Gnesi, Psicologa
- Osvaldo Angelini, Presidente settore difesa personale