



4° STAGE NAZIONALE

Karate Sportivo e Tradizionale

Montesilvano (PE), 27-30 Ottobre 2011

*Dopo il successo delle edizioni precedenti, lo stage nazionale approda quest'anno in terra d'Abruzzo e più precisamente a Montesilvano, splendida cittadina alle porte di Pescara. Da qui si raggiungono agevolmente località ricche di attrattive naturalistiche e storico culturali. Impossibile resistere al fascino d'Abruzzo, la regione che offre al visitatore la possibilità di scegliere diversi percorsi, dalle spiagge alle verdi colline, alle aspre montagne: luoghi che uniscono natura, tradizione, cultura e prelibatezza enogastronomica. Lo stage e l'alloggio dei partecipanti sarà in un'unica bellissima struttura, con i vari docenti nazionali e ospiti prestigiosi, dove tutto il mondo Fik potrà ritrovarsi all'insegna della pratica a tutti i livelli e il piacere di stare insieme serenamente... **Vi sono tutte le condizioni per un evento a cinque stelle...***

Un grande staff di Maestri e docenti federali

Per lo Shotokan:ROSSANO RUFFINI, ALFREDO DEFENDI, PAOLO SCAPIN, STEFANO CACCIALANZA, GIORGIO BORTOLIN. **Per lo ShitoRyu:** PAOLO ZOCCOLANTI, STEFANO SAVORGNAN, GIANNI VISCIANO,SANTO TRIMBOLI. **Per il WadoRyu:** IWAO YOSHIOKA, TIZIANO TALON, CLAUDIO ARTUSI,GIAMPAOLO DEL NERO. **Per lo Shotokai:**GIORGIO VECCHIET. **Per lo ShorinRyu:**OSCAR HIGA. **Per il GojuRyu:**LUCIANO MASCI, SIMONETTA LUNGO, GRAZIANO MASIERO, ROBERTO MAZZUCCHI. **Per il Kumite Tradizionale:** SERGIO PLATANIA, MICHELE ROMANO. **Per il Kumite Sportivo:** GIORGIO CARCANGIU, LORENZO CALZOLA, GIORGIO D'AMICO, STEFANO PUCCI. **Per l'Interstile:** DANIELE BOFFELLI, LUIGI GABURRO, RAFFAELLA PIETROBON, NICOLA GAMBUTO, WALTER ORTANI.

Ospite d'Onore

WAYNE OTTO OBE

Uno dei più straordinari atleti mai visti, venticinque anni di esperienza agonistica nei tatami di tutto il mondo, 8 volte campione mondiale ed europeo Wkf, attuale coach della nazionale inglese

Lo stage si rivolge a tutti indistintamente (dai bambini agli adulti di ogni età, dalla cintura bianca alla cintura nera, dagli agonisti agli amatori). In modo che lo stage possa rappresentare un concreto arricchimento tecnico **i partecipanti verranno suddivisi per classi di età, grado e fine della pratica (agonisti o amatori)**. Un programma quindi che coprirà tutte le esigenze.

BABY STAGE:studiato appositamente per i bambini (**fino ai 12 anni**) con un programma specifico che verterà sulla pratica del proprio stile, attività ludica e propedeutica, preacrobatica, ecc. Le lezioni verranno svolte in parallelo a quelle per gli adulti, e saranno all'insegna della pratica e del divertimento...

Programma orario (lo stage si svolge all'interno dell'Hotel Serena Majestic):

Giovedì 27 ottobre	<i>Pomeriggio/Sera</i>	Arrivi e sistemazioni, accrediti e consegna gadget di partecipazione
Venerdì 28 ottobre	Ore 8.45 – 9.00	Apertura ufficiale dello stage e presentazione docenti
	Ore 9.00 – 11.30	Praticadi karate
	Ore 11.30 – 12.30	Lezione pratica facoltativa di introduzione al Tai Chi Chuan

	Ore 15.30 – 16.30 Ore 16.30 – 19.30	Lezione pratica facoltativa di introduzione al Kobudo Pratica di karate <i>Dopo cena, serata conviviale</i>
Sabato 29 ottobre	Ore 9.00 – 11.30 Ore 11.30 – 12.30 Ore 15.30 – 16.30 Ore 16.30 – 19.30	Pratica di karate Lezione pratica facoltativa di introduzione al Sat-Krav Maga Lezione pratica facoltativa di introduzione allo Shiatzu Pratica di karate <i>Dopo cena, serata conviviale</i>
Domenica 30 ottobre	Ore 9.00 – 12.00 Ore 12.00 – 12.30 <i>Nel pomeriggio</i>	Pratica di karate Chiusura dello stage Partenze

All'arrivo verrà consegnato il programma dettagliato delle lezioni. In ogni caso, come detto, i partecipanti verranno suddivisi a gruppi: cinture colorate e cinture nere, ai vari livelli; età; amatori e agonisti; area "Tradizionale" e "Sportiva". Verranno trattati kihon, kata e bunkai, programmi tecnici di stile; tecnica e tattica del kumite tradizionale e sportivo; elementi di biomeccanica del gesto e prevenzione traumatologica.

ISCRIZIONI STAGE

Le iscrizioni (sul modulo scaricabile dal sito www.federkarate.it) vanno inviate **entro e non oltre il 17 ottobre 2011** (allegando ricevuta di versamento sul c/c postale n. 90959982 delle quote previste)

Quota di partecipazione € 75,00 (non tesserati € 100,00); **Quota di partecipazione per bambini fino 12 anni € 50,00** (non tesserati € 75,00). La quota di partecipazione va versata per intero, indipendentemente dalle giornate di frequenza.

ESAMI DI GRADUAZIONE

In occasione dello stage, come consuetudine, si terranno gli esami per i passaggi di grado (**dal 1° al 5° dan**) nei vari stili e secondo i relativi programmi tecnici. La sessione d'esami si terrà **DOMENICA 30 OTTOBRE, con inizio alle ore 8.30**. Le iscrizioni agli esami dovranno pervenire sempre **entro il 17 ottobre**, allegando il versamento delle quote previste. Requisiti dei candidati, programmi e quote d'esame sono visionabili sul sito www.federkarate.it

SOGGIORNO

Per il soggiorno dei partecipanti e loro eventuali accompagnatori è stato convenzionato l'**Hotel Residence SERENA MAJESTIC ****** (Via Carlo Maresca 12 – Montesilvano – Tel. 0858369777 oppure 08583699 – Mail: info@bluserena.it – Web: www.bluserena.it), alle seguenti condizioni:

- € 180,00 per persona, in camera doppia o tripla, in pensione completa dalla cena del giovedì al pranzo della domenica, acqua minerale e vino DOC abruzzese ai pasti;
- € 10,00 supplemento camera singola, al giorno;
- € 20,00 pasto extra.

Riduzioni bambini (le età si intendono per anni non compiuti al momento dell'arrivo) in 3° e 4° letto: 0/3 anni 100%; 3/8 anni 50%; 8/12 anni 30%.

Il Serena Majestic Hotel Residence è uno dei più qualificati club vacanze italiani, il primo ad aver ottenuto in Italia la certificazione del servizio UNI10670, con spiaggia privata, piscine e numerosi spazi attrezzati per praticare sport, tennis, basket, pallavolo, bocce, calcetto, tiro con l'arco, vela, surf, canoa. Al suo interno un centro benessere con area termale, sauna, bagno turco con aromarium e cromoterapia, idromassaggi, percorso vascolare Kneipp, massaggi ed estetica, area relax con tisaneria e solarium. A soli 300 metri, il centro di intrattenimento Porto Allegro (aperto fino a tarda sera) ospita negozi per lo shopping, sale giochi, giochi per bambini, ristorante e il multisala della Warner Bros con ben 11 sale dolby surround.

PRENOTAZIONI: come pure per qualsiasi informazione, vanno effettuate direttamente all'Hotel (ai recapiti sopra indicati) **entro e non oltre il 17 ottobre compilando l'apposita scheda** (scaricabile dal sito www.federkarate.it), che contiene altresì la modalità per i versamenti all'hotel.

Per informazioni e iscrizioni

FEDERAZIONE ITALIANA KARATE

Tel. 041962477 – fik@federkarate.it – www.federkarate.it