



STAGE NAZIONALE DI AGGIORNAMENTO PER INSEGNANTI TECNICI

Cesenatico (FC), 10-11 gennaio 2026
Palazzetto dello Sport – Viale Ferdinando Magellano, 23

Come da Calendario Nazionale 2025/2026, viene indetto ed organizzato uno **Stage Nazionale di Aggiornamento per Insegnanti Tecnici sabato 10 e domenica 11 gennaio 2026 presso il Palazzetto dello Sport in Viale Ferdinando Magellano 23 a Cesenatico (FC).**

Lo stage, la cui proposta formativa è stata attentamente studiata per offrire un importante momento di aggiornamento a tutte le figure tecniche presenti in Federazione, è **riservato esclusivamente agli insegnanti tecnici** (qualifica allenatore, istruttore, maestro), tesserati per la propria qualifica nell'anno in corso e sarà tenuto dal **Prof. Matteo Bertucco** (Professore Associato Università di Verona – Dipartimento di Neuroscienze, Biomedicina e Movimento) componente del Centro Nazionale di Formazione e Ricerca e dai componenti della Commissione Tecnica Nazionale e dello Staff Tecnico Federale.

PROGRAMMA

Sabato 10 gennaio

- Variabilità della pratica e apprendimento nel Karate: dalla Teoria al Tatami.

14:00 - 15:45 Lezione teorica in aula

16:15 - 19:45 Lezione pratica in palestra*

Stazione 1: Variabilità della pratica nelle tecniche di calcio e braccio – kihon e kata

Stazione 2: Variabilità della pratica nelle tecniche di calcio e braccio – kumite

Stazione 3: Variabilità della pratica nella pratica del karate in età evolutiva parte 1

Stazione 4: Variabilità della pratica nelle esecuzioni del kata

Domenica 11 gennaio

09:00 - 12:30 Lezione pratica in palestra*

Stazione 5: Variabilità della pratica delle posizioni

Stazione 6: Variabilità della pratica nella pratica del karate in età evolutiva parte 2

Stazione 7: Variabilità della pratica tattica e strategia kumite

Stazione 8: Variabilità della pratica negli spostamenti

* I temi relativi alla parte pratica verranno trattati dai docenti federali in piccoli gruppi di insegnanti tecnici che ruoteranno nelle varie stazioni.

Lo stage, oltre a fornire un lascito culturale che consolida gli elevati standard di qualità formativa della nostra federazione, rilascerà ai partecipanti dei **crediti formativi per i passaggi di qualifica tecnica e grado** e consentirà di ottenere (o rinnovare per il 2026, in caso già di possesso) la **certificazione europea della propria qualifica tecnica**.

I partecipanti, essendo le lezioni teoriche e pratiche, sono pregati di portare il Karategi e tuta ginnica/scarpette. Non sono ammesse per alcun motivo assenze alle lezioni (neanche parziali), pena l'invalidità della partecipazione.



FEDERAZIONE ITALIANA KARATE



ISCRIZIONI

Dovranno pervenire alla Segreteria Federale esclusivamente attraverso il **Gestionale On-Line** (my.federkarate.net), **entro il 7 gennaio 2026** e dovranno essere accompagnate dalla ricevuta di versamento delle quote previste (via email a segreteria@federkarate.it o via fax a 041 8623412). La quota di partecipazione è fissata in € 75,00. **Le quote di partecipazione vanno versate con bonifico bancario all'IBAN FIK IT85F 02008 02003 000105599169 per intero indipendentemente dalle giornate di frequenza e non potranno essere rimborsate.**

SOGGIORNO

Per il soggiorno è stata stipulata la seguente convenzione con CERVIA IN (ex Cervia Turismo):

Pensione Completa Opz. A dal pranzo del 10/01 alla prima colazione del 11/01

Opz. B dalla cena del 10/01 al pranzo del 11/01

Camera doppia uso singolo € 87 al giorno

Camera doppia/matrimoniale € 69 al giorno a persona

Terzo letto € 52 al giorno

Si prega di prendere contatti, entro il 23 dicembre 2025, con Claudia Pagan di CERVIA IN via email: c.pagan@discovercervia.com