



# FEDERAZIONE ITALIANA KARATE

## COMITATO REGIONALE ABRUZZO



Comunicato n. 08/2023  
Mosciano Sant'Angelo 24 Maggio 2024

- Alle Società/Associazioni affiliate

## **STAGE REGIONALE "ESTATE 2024"**

### **DOMENICA 23 GIUGNO**

**PARCO TURISTICO MONTEPIANO - Via Montepiano, 66010 Roccamontepiano (CH)**

In collaborazione con la società A.S.D. VIR MENTIS e il Patrocinio del Comune di Roccamontepiano (CH).

La programmazione coordinata dal Maestro Yuri Ricci, Consigliere Regionale con delega all'Attività Formativa, sarà tenuta da Insegnanti Tecnici Federali di provata esperienza a cui va il più sentito ringraziamento per la disponibilità data.

*I tecnici presenti sono invitati ad affiancare i docenti nelle lezioni*

#### **PROGRAMMA**

|       |  |  |
|-------|--|--|
| 9:30  | <b>CONTROLLO ISCRIZIONI</b> (a cura di un responsabile della società)                          |  |
| 9:50  | <b>SALUTO E APERTURA STAGE</b>   |  |
|       | <i>Francesco Andrenacci</i>  |  |
| 10:00 | La preparazione atletica, fatica o divertimento?<br>(lezione introduttiva per tutti)           |  |
|       | <b>AREA 1</b><br>PER ALLIEVI MAGGIORI DI 11 ANNI   | <b>AREA 2</b><br>PER ALLIEVI MINORI DI 11 ANNI   |
| 10:40 | <i>Paolo D'Alessandro – Francesca Candeloro</i><br>La resistenza lattacida applicata al Kumite | <i>Michela Baldini – Francesco Andrenacci</i><br>La vera difesa è l'attacco o il vero attacco è la difesa? |
| 11:30 | <b>PAUSA E TERMINE STAGE PER I MINORI DI 11 ANNI</b>   |  |
| 11:40 | <i>Alessandro Matarazzo</i><br>Le applicazioni del Karate nella difesa                         |  |
| 12:20 | <b>SALUTO E CHIUSURA STAGE</b>   |  |

**ISCRIZIONI entro mercoledì 19 GIUGNO** Tramite Gestionale FIK <https://my.federkarate.net>

**QUOTA DI PARTECIPAZIONE € 15,00** (i Tecnici delle società sono esclusi)

**A cura della società sportiva** in contanti sul posto, oppure entro il 19 Giugno con bonifico intestato a:

**F.I.K. Comitato Regionale Abruzzo - IBAN: IT71Z070867695100000012160**

**IN CASO DI PIOGGIA LO STAGE SI TERRÀ PRESSO LA PALESTRA SCOLASTICA**  
in Via delle Scuole Riunite, 26 Roccamontepiano (CH)

Per prenotazione Ristorante o Area Picnic al Parco Turistico chiamare il 329 444 7645 (Danilo)

**Federazione Italiana Karate – Comitato Regionale Abruzzo**

Via Papa Giovanni XXIII, 28 – 64023 Mosciano Sant'Angelo (TE) C.F. 91044830676  
Tel: 339 88 28 270 – @: [abruzzo@federkarate.it](mailto:abruzzo@federkarate.it) – W: [www.federkarate.it/abruzzo](http://www.federkarate.it/abruzzo)