

**S.K.I.-I. ASD**  
20124 Milano, Italy

Via Monte Grappa 6  
Tel.: +39 02 620.875.44  
[E-mail: segreteria@ski-i.it](mailto:segreteria@ski-i.it)

[www.ski-i.it](http://www.ski-i.it) – [www.skieventi.it](http://www.skieventi.it)



SHOTOKAN KARATEDO INTERNATIONAL - ITALIA

松濤館國際空手道伊太利亞

Segreteria per l'estero e responsabile eventi federali  
Michela Faccioli: [michela.ski\\_i@yahoo.it](mailto:michela.ski_i@yahoo.it)



## Stage Primaveraile 2025

### Igea Marina 04-05-06 Aprile

#### PROGRAMMA

Venerdì  
04/04

|               |  |
|---------------|--|
| 08:00 – 09:00 | ISCRIZIONI STAGE   |
| 09:00 – 10:30 | Lezione dedicata alla corretta esecuzione delle tecniche del programma d'esame 1° e 2° DAN (Istruttori e capi palestra)  |
| 10:30 – 12:00 | STUDIO DELLA TECNICA (base, media e avanzata) KIHON E KATA. Divisione in gruppi di livello KYU e C.N (SOSHI MIURA)   |
| 12:45 – 14:00 | PRANZO   |
| 16:00 – 17:00 | CORSO ARBITRI Parte Pratica (divisione fasce di livello) (**)<br>- SERIE METODICA DI LEZIONI (da 9° - 2° KYU)<br>- 1° KYU (programma d'esame 1° DAN )  |
| 17:00 – 18:00 | - C.N. 1° DAN (programma d'esame 2° DAN )<br>- C.N. 2° DAN (programma d'esame 3° DAN )<br>- C.N. dal 3° DAN in su (programma esame 4° DAN)<br>- CORSO ISTRUTTORI (Kata JITTE- Shuseki Shihan Lusvardi)<br>- Cinture marrone e nere da 12 a 17 anni: Progetto pilota per l'avviamento dei ragazzi all'attività agonistica |
| 18:00 – 19:00 | TUTTE LE CINTURE NERE con SOSHI MIURA (esercizi per l'allenamento propriocettivo)  |
| 19:45 – 21:00 | CENA   |

Sabato  
05/04

|               |  |
|---------------|--|
| 06:00 – 07:00 | FOOTING AGONISTI E GINNASTICA PER VETERANI   |
| 07:30 – 08:00 | COLAZIONE  |
| 09:00 – 10:30 | SERIE METODICA DI LEZIONI (da 9° kyu a 2° KYU)<br>1° KYU (programma d'esame per 1° DAN)<br>C.N. 1° DAN (programma d'esame per 2° DAN)<br>C.N. 2° DAN (programma d'esame per 3° DAN)<br>C.N. 3° DAN (programma d'esame per 4° DAN)<br>C.N. dal 4° DAN in su |
|               |  |

Sabato  
05/04

|               |  |
|---------------|--|
| 10:30 -12:00  | <b>- 1° KYU (programma d'esame per 1° DAN)</b><br><b>- CORSO ASPIRANTI ISTRUTTORI (Kata HEIAN GODAN)</b><br><b>- STUDIO DEI KATA, DIVERSIFICATI IN BASE AL GRADO, PER TUTTE LE CINTURE NERE</b><br><b>- Solo per istruttori ed arbitri qualificati (obbligatorio) studio di YAKUSOKU KUMITE (*)</b>  |
| 12:45 – 14:00 | <b>PRANZO</b>  |
| 15:30 – 16:30 | <b>CORSO ARBITRI Parte pratica (formazioni di tatami e pratica di kumite e kata con l'ausilio degli agonisti) (**)</b><br><b>SERIE METODICA DI LEZIONI (da 9° kyu a 2° KYU)</b><br><b>- 1° KYU (Programma esame 1° Dan)</b>  |
| 16:30 – 17:00 | <b>Consegna diplomi e foto di gruppo</b>   |
| 17:00 -18:00  | <b>- 1° DAN (lezione lasciata all'iniziativa dell'insegnate che consenta agli atleti di esprimere le proprie capacità tecniche e metodologia della didattica)</b><br><b>- 2° DAN</b><br><b>- 3° DAN</b><br><b>- 4° DAN in su</b><br><b>- CORSO ISTRUTTORI (Kata JIIN Shuseki Shihan Lusvardi)</b><br><b>- Cinture marrone e nere da 12 a 17 anni: Progetto pilota per l'avviamento dei ragazzi all'attività agonistica</b> |
| 18:00 – 19.00 | <b>LEZIONE PER TUTTE LE CINTURE NERE con SOSHI MIURA</b>   |
| 19:45 – 21:00 | <b>CENA</b>  |
| 21:00 – 22:00 | <b>RIUNIONE FEDERALE PER TUTTI I CAPI PALESTRA</b><br><b>Presso sala riunioni HOTEL MEDITERRANEO (sotto al ristorante)</b>   |
| 06:00 -07:00  | <b>FOOTING AGONISTI E GINNASTICA PER VETERANI</b>  |
| 07:20 – 08:00 | <b>COLAZIONE</b>   |
| 08:30 – 10:00 | <b>ALLENAMENTO PER TUTTE LE CATEGORIE</b>  |
| 10:15 – 13:00 | <b>ESAMI KYU e DAN per tutti i gradi; ESAMI PER ASPIRANTI ISTRUTTORI –ISTRUTTORI e ARBITRI</b>   |

Domenica  
06/04

**N.B:**

**(\*) Su indicazione di Soshi Miura, al fine di migliorare le competenze di giudizio ed esecuzione nelle competizioni internazionali, la partecipazione alla lezione è obbligatoria per tutti gli istruttori e gli arbitri internazionali.**

**(\*\*) Gli arbitri che parteciperanno al corso dovranno venire muniti di fischietto e bandierine.**

**OSS!!!**