

**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 Primaverile 2025

### Igea Marina 04-05-06 Aprile

#### PROGRAMMA

Venerdì  
04/04

08:00 - 09:00	<b>ISCRIZIONI STAGE</b>
09:00 - 10:30	<b>Lezione dedicata alla corretta esecuzione delle tecniche del programma d'esame 1° e 2° DAN (Istruttori e capi palestra)</b>
10:30 - 12:00	<b>STUDIO DELLA TECNICA (base, media e avanzata) KIHON E KATA. Divisione in gruppi di livello KYU e C.N (SOSHI MIURA)</b>
12:45 - 14:00	<b>PRANZO</b>
16:00 - 17:00	<b>CORSO ARBITRI Parte Pratica (divisione fasce di livello) (**)</b> - SERIE METODICA DI LEZIONI (da 9° - 2° KYU) - 1° KYU (programma d'esame 1° DAN )
17:00 - 18:00	- C.N. 1° DAN (programma d'esame 2° DAN ) - C.N. 2° DAN (programma d'esame 3° DAN ) - C.N. dal 3° DAN in su (programma esame 4° DAN) - CORSO ISTRUTTORI (Kata JITTE- Shuseki Shihan Lusvardi) - Cinture marrone e nere da 12 a 17 anni: Progetto pilota per l'avviamento dei ragazzi all'attività agonistica
18:00 - 19:00	<b>TUTTE LE CINTURE NERE con SOSHI MIURA (esercizi per l'allenamento propriocettivo)</b>
19:45 - 21:00	<b>CENA</b>
Sabato 05/04	06:00 - 07:00 <b>FOOTING AGONISTI E GINNASTICA PER VETERANI</b>
	07:30 - 08:00 <b>COLAZIONE</b>
09:00 - 10:30	<b>SERIE METODICA DI LEZIONI (da 9° kyu a 2° KYU)</b> 1° KYU (programma d'esame per 1° DAN) C.N. 1° DAN (programma d'esame per 2° DAN) C.N. 2° DAN (programma d'esame per 3° DAN) C.N. 3° DAN (programma d'esame per 4° DAN) C.N. dal 4° DAN in su

Sabato  
05/04

	10:30 -12:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>1° KYU</b> (programma d'esame per 1° DAN)</li> <li>- <b>CORSO ASPIRANTI ISTRUTTORI (Kata HEIAN GODAN)</b></li> <li>- <b>STUDIO DEI KATA, DIVERSIFICATI IN BASE AL GRADO, PER TUTTE LE CINTURE NERE</b></li> <li>- <b>Solo per istruttori ed arbitri qualificati (obbligatorio) studio di YAKUSOKU KUMITE (*)</b></li> </ul>
	12:45 – 14:00	<b>PRANZO</b>
	15:30 – 16:30	<b>CORSO ARBITRI</b> Parte pratica (formazioni di tatami e pratica di kumite e kata con l'ausilio degli agonisti) (**) <b>SERIE METODICA DI LEZIONI (da 9° kyu a 2° KYU)</b> <b>- 1° KYU (Programma esame 1° Dan)</b>
	16:30 – 17:00	<b>Consegna diplomi e foto di gruppo</b>
	17:00 -18:00	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>1° DAN</b> (lezione lasciata all'iniziativa dell'insegnante che consenta agli atleti di esprimere le proprie capacità tecniche e metodologia della didattica)</li> <li>- <b>CORSO ISTRUTTORI (Kata JIIN Shuseki Shihan Lusvardi)</b></li> <li>- <b>Cinture marrone e nere da 12 a 17 anni: Progetto pilota per l'avviamento dei ragazzi all'attività agonistica</b></li> </ul>
	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> <b>Presso sala riunioni HOTEL MEDITERRANEO (sotto al ristorante)</b>
Domenica 06/04	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>

**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!!!**