



ENTE DI PROMOZIONE
SPORTIVA
RICONOSCIUTO
DAL CONI E DAL CIP

PLAY HALL DI RICCIONE

RICCIONE (RN)

12-13-14 GIUGNO 2015

STAGE NAZIONALE

ARTI MARZIALI

A CURA DELLA PRESIDENZA NAZIONALE

KARATE - JUDO - JU JITSU - TAEKWONDO WTF
TAEKWONDO ITF - HAPKIDO - CHAMBARÀ
WARPEDO - KUNG FU - TANG SU DO
MUAY THAI - YAWARA JITSU - KRAV MAGA
SPORT DA RING CSEN COMBAT - MMA
SPORT DA COMBATTIMENTO - T.D.S.
KICK BOXING - KOBUDO
KALI KALASAG - HASHITA AIKIBUDO
BASTONE SICILIANO - AIKIDO - JU JITSU WJJKO

**Corso nazionale di formazione
(didattico scientifico)**

per allenatori istruttori maestri (parte teorica 20 ore)

Esami di grado da commissione nazionale
con rilascio di diploma d'eccellenza

Corso nazionale di aggiornamento arbitrale
(nelle varie discipline)

Lo stage sarà occasione per ristrutturare quei settori non ancora organizzati
inoltre nella giornata di domenica si potrà assistere
al campionato nazionale bastone siciliano e coppa italia chamberà

SPONSOR TECNICO

BARRUS
www.elefantinosport.com

PER INFO, COORDINAMENTO NAZIONALE ARTI MARZIALI

Delia Piralli 348.0639936 - Franco Penna 335.8232625 - Maurizio D'Oriano 393.4316520

Corso nazionale di formazione

(didattico scientifico)

per allenatori istruttori maestri (parte teorica 20 ore)

(per la restante parte tecnica ogni settore si dedicherà per la propria area per il completamento del corso)

A cura di

Dott. Massimo Montecchiani

Dott. in Scienze Motorie - Chinesiologo - Masso-Fisioterapista

Preparatore Fisico Internazionale Certified Strength & Conditioning Specialist N.S.C.A. (ITALIA - F.I.P.E.)

Terapista della Riabilitazione e Preparatore Fisico della Polizia di Stato Gruppo Sportivo FF.OO.

Docente Nazionale CSEN

Dott.ssa Enza Marolda

Osteopata - Fisioterapista - Terapie di Biorisonanza - Terapia Cranio-Sacrale

Trattamento dei TRIGGER POINTS e dei TENDER POINTS

Operatore di Fitness Posturale - Massaggio Sportivo e Riabilitativo

con Bendaggio Neurocinetico Progressivo - Massaggio Californiano

Argomenti trattati

- CONOSCENZE GENERALI - IL CORPO UMANO (5 ore)

Il Corpo Umano - Elementi di Fisiologia e Anatomia

Sistema Muscolare

Sistema Scheletrico

Anatomia e Fisiologia dell'Apparato Muscolare

- TEORIA DEL MOVIMENTO (2 ore)

Teoria del Movimento - Elementi di Biomeccanica

Leve del Sistema Muscolo-Scheletrico

Piani Anatomici del Corpo Umano

Analisi del movimento

- LE GIOVANI FASCE D'ETA' (2 ore)

Elementi di Auxologia e l'allenamento specifico per le varie fasce d'età giovanili

L'Allenamento per i giovani rispettando le leggi dell'età evolutiva

- METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO (5 ore)

(1.30 ore) Preparazione Fisica - Allenamento con Sovraccarichi e Tecniche di Allenamento

La Forza

Adattamenti di base all'allenamento con Sovraccarichi

Adattamenti Acuti - Adattamenti Cronici

Linee guida principali per la Tecnica degli Esercizi

Esercizi di Allenamento con sovraccarichi

(1.30 ore) Preparazione Fisica - Allenamento Metabolico Specifico

Linee guida Generali alle attività Cardio-Vascolari

Tecniche di Esercizio con Macchinari Cardio-Vascolari

Tecniche di Esercizio Cardio-Vascolare senza Macchinari

(1 ora) Preparazione Fisica - Allenamento Propriocettivo

L'allenamento propriocettivo esercizi basati sulla stimolazione del sistema neuro-motorio nella sua totalità. Esercizi che vanno a creare situazioni di instabilità per il maggior stimolo propriocettivo

PER INFO, COORDINAMENTO NAZIONALE ARTI MARZIALI

Delia Piralli 348.0639936 - Franco Penna 335.8232625 - Maurizio D'Oriano 393.4316520

(1 ora) Preparazione Fisica – Allenamento Funzionale

Esercizi e tecniche di allenamento funzionale

Valutazioni dei Fattori di Rischio

- ALIMENTAZIONE E CALO PESO (1.30 ore)

L'alimentazione è sport e atleta dipendente

L'educazione nei giovani deve iniziare da una Alimentazione equilibrata abbinata ad una attività motoria

Valutazione della composizione corporea e morfotipia

Bilancio energetico

- PREVENZIONE INFORTUNI (1.30 ore)

Conoscere e prevenire i vari infortuni, le patologie osteomuscolari, articolari e le alterazioni funzionali del rachide vertebrale, derivanti la pratica di una attività sportiva.

Esercizi posturali e tecniche per la prevenzione

- PRIMO SOCCORSO (3 ore)

L'insieme delle azioni che permettono di aiutare una o più persone in difficoltà, nell'attesa dell'arrivo dei soccorsi qualificati.

- CORSO BLSD-IRC (BASIC LIFE SUPPORT DEFIBRILLATION) E CPS (CENNI DI PRIMO SOCCORSO) SUL TRAUMA SPORTIVO

prevede il rilascio di un attestato di partecipazione CSEN valido su tutto il territorio Nazionale e come punteggio nei concorsi pubblici.

OBIETTIVO DEL CORSO:

Acquisizione delle più recenti e aggiornate conoscenze e competenze tecniche in merito a:

- Riconoscimento precoce dell'emergenza sanitaria;
- Catena del Soccorso;
- Rianimazione Cardiopolmonare (Tecniche Di Compressione Toracica E Ventilazione)
- Defibrillazione Precoce Con Dae (Defibrillatore Semiautomatico Esterno).

All'interno Del Corso Di Blsd Isasd ci sono due Sezioni Formative Indispensabili:

- "Cps" Cenni Di Primo Soccorso E Trauma Sportivo;
- Manovre Di Disostruzione Nell'adulto, Nel Bambino E Nel Lattante.

Attestati: • "Esecutore Blsd" I.R.C. Italian Resuscitation Council.

Esami di grado da commissione nazionale

con rilascio di diploma d'eccellenza, per aspiranti cinture nere, cinture nere e candidati che richiedono il riconoscimento del proprio grado, rilasciato da altre organizzazioni. La commissione rimane esaminatrice per il rilascio dal 1° al 5° DAN il 6° DAN non prevede esame in quanto titolo onorifico rilasciato dal Presidente Nazionale

Corso nazionale di aggiornamento arbitrale

(nelle varie discipline)

PER INFO, COORDINAMENTO NAZIONALE ARTI MARZIALI

Delia Piralli 348.0639936 - Franco Penna 335.8232625 - Maurizio D'Oriano 393.4316520

Prenotazione albergo



CENTRO
SPORTIVO
EDUCATIVO
NAZIONALE



Stage Nazionale Arti Marziali CSEN

Play hall - Riccione, 12 - 13 - 14 giugno 2015

Scheda di prenotazione alberghiera - compilare ed inviare entro e non oltre il 22 maggio 2015 a:

FIRMA EVENTI di EGOCENTRO SRL

C.F. 02278850405 - P.I. 02 617 600 404 - Via Nuova Circonvallazione, 67
47924 Rimini - Tel. 0541-760384 / 760387 Fax 0541-760388 eventi@firmatour.it

Dati per la fatturazione:

Società Sportiva _____

Indirizzo _____ Cap. _____ Città _____

Tel. _____ Fax/email _____ Cell. _____

Responsabile _____ Codice Fisc./Partita IVA _____

QUOTAZIONI

tipologia Hotel	camera doppia/ matrimoniale	multipla	singola	trattamento
3 stelle	€ 55,00	€ 50,00	€ 60,00	pensione completa
	€ 50,00	€ 45,00	€ 55,00	mezza pensione
	€ 40,00	€ 35,00	€ 45,00	pernottamento e prima colazione
2 stelle	€ 45,00	€ 40,00	€ 50,00	pensione completa
	€ 40,00	€ 35,00	€ 45,00	mezza pensione
	€ 30,00	€ 25,00	€ 35,00	pernottamento e prima colazione

Le suddette tariffe sono a persona al giorno e includono 1/2 minerale e 1/4 vino a persona a pasto per le prenotazioni di pensione completa e mezza pensione. Tassa di soggiorno esclusa.

*CAMERE SINGOLE SU RICHIESTA IN BASE ALLA DISPONIBILITA'

Data di arrivo _____ per pranzo ☐ per cena ☐
Data di partenza _____ per colazione ☐ per pranzo ☐ **Nr. persone** _____
Nr. Camere singole _____ Nr. Camere matrimoniali _____ Nr. Camere doppie _____
Nr. camere triple _____ Nr. Camere Quadruple _____ **Totale camere** _____

☐ Hotel 2** ☐ Hotel 3***

☐ pensione completa ☐ mezza pensione ☐ pernottamento e prima colazione

Modalità di prenotazione: Le schede di prenotazione dovranno essere inviate tramite fax o e-mail entro il 22 maggio 2015.

Caparra: le prenotazioni saranno accettate solo se accompagnate da caparra pari al 25% del servizio prenotato.

Saldo: il saldo dovrà essere effettuato a Firma Eventi entro il 1 giugno tramite bonifico bancario.

Verrà rilasciato regolare documento fiscale.

Penali/Annullamenti:

- In caso di annullamento entro il 22 maggio non verranno addebitate penali, la caparra versata verrà restituita.
- dal 23 al 31 maggio prima dell'arrivo, verrà conteggiata una penale pari al 50% dei servizi prenotati
- dal 1 giugno ed in caso di mancato arrivo, fatto salvo una tolleranza del 10% sul nr. delle camere prenotate, verrà conteggiata una penale pari al 100% dei servizi prenotati;

Non è previsto nessun rimborso per utilizzi parziali delle prenotazioni effettuate.

Modalità di versamento della caparra:

☐ Allego copia bonifico bancario emesso a favore di: EGOCENTRO SRL

Presso: Banca Popolare Emilia Romagna fil. N. 7 Rimini

IBAN CODE IT55 F053 8724 2060 0000 0851 390

Causale: Stage Nazionale Arti Marziali CSEN — Società e nome del Responsabile

D.L.G.S. 30 giugno 2003, n. 196 codice in materia di protezione dei dati personali ex legge 675/96 (privacy)

Ai sensi della Legge in premessa ricevuta la specifica informazione circa la raccolta ed il trattamento dei miei dati personali:

☐ AUTORIZZO ☐ NON AUTORIZZO l'invio al mio domicilio periodica documentazione commerciale,

offerte, opuscoli e lettere informative ed augurali, anche a mezzo di altri soggetti.

☐ AUTORIZZO ☐ NON AUTORIZZO la comunicazione ad altre persone circa la mia permanenza alla manifestazione, ai soli fini di ricevere e trasmettermi corrispondenza, messaggi e telefonate a me indirizzate.

Firma _____ Data _____

Orari Previsti

- Corso Formazione didattico-scientifico (20 ore)
- Stage Nazionale Arti Marziali (8 ore)
- Corso Aggiornamento Arbitrale (7 ore)
- Esami Nazionali

Venerdì 12 giugno 09.00/12.00 verifica iscrizioni Stage/Corso Formazione

14.30 Cerimonia di apertura

15.00/20.00 Corso Formazione didattico-scientifico (sala briefing)
rivolto ad Allenatori, Istruttori e Maestri

15.00/17.00 Stage Nazionale Arti Marziali (area parter)

17.30/20.00 Corso Aggiornamento Arbitrale (nelle varie discipline)

Sabato 13 giugno 08.00/10.00 verifica iscrizioni Stage

09.00/14.00 Corso Formazione didattico-scientifico (sala briefing)
rivolto ad Allenatori, Istruttori e Maestri

10.00/12.00 Stage Nazionale Arti Marziali (area parter)

12.30 Saluto del Presidente Nazionale

15.00/20.00 Corso Formazione didattico-scientifico (sala briefing)
rivolto ad Allenatori, Istruttori e Maestri

15.00/17.00 Stage Nazionale Arti Marziali (area parter)

17.30/20.00 Corso Aggiornamento Arbitrale (nelle varie discipline)

Domenica 14 giugno 08.00/09.30 verifica iscrizioni Stage/Esami Nazionali

09.00/14.00 corso formazione didattico-scientifico (sala briefing)
rivolto ad Allenatori, Istruttori e Maestri

09.00/11.00 Esami Nazionali Aggiornamento Arbitrale
nell'eventualità non ci fossero candidati per l'esame Nazionale
le aree saranno utilizzate per l'aggiornamento arbitrale

11.30/13.30 stage nazionale Arti Marziali (area parter)

Corso Formazione didattico-scientifico (20 ore)

riservato ad Allenatori, Istruttori e Maestri

€ 180,00 + € 60,00 per coloro che intendono aderire al

CORSO BLSD-IRC (BASIC LIFE SUPPORT DEFIBILLATION
E CPS (CENNI DI PRIMO SOCCORSO) SUL TRAUMA SPORTIVO

La restante parte di 20 ore necessarie al completamento del corso di formazione,
inerente la parte tecnica, sarà sviluppata in seguito dai vari responsabili di settore.

Stage Nazionale Arti Marziali (8 ore)

riservato ad atleti e tecnici CSEN

una giornata di esercizio € 40,00

due giornate di esercizio € 60,00

tre giornate di esercizio € 80,00

Corso di aggiornamento arbitrale (7 ore)

riservato ad aspiranti tecnici e tecnici CSEN

Gratuito

Esami di Grado da Commissione Nazionale

per aspiranti cinture nere, cinture nere e candidati che richiedono il riconoscimento
del proprio grado, rilasciato da altre organizzazioni.

1° e 2° Dan € 40,00

3° e 4° Dan € 50,00

5° Dan € 70,00

6° Dan € 100,00, non prevede esame, rilasciato a titolo onorifico dal
Presidente Nazionale, previa presentazione di dovuta
documentazione o curriculum vitae.