



FEDERAZIONE ITALIANA
Kickboxing Muay Thai Savate Shoot Boxe



DSA / CONI

DELEGATO REGIONALE ALTO ADIGE

STAGE SHOOT BOXE

Con parte introduttiva in materia di psicologia dello sport

SALORNO (BZ) - 1 E 2 APRILE 2017

(2 CREDITI FORMATIVI)

LO STAGE SARA' VALIDO COME AGGIORNAMENTO TECNICO PER IL SETTORE SHOOT BOXE E PER EVENTUALE RICONOSCIMENTO DELLA QUALIFICA DI "ALLENATORE DI SHOOT BOXE "

ORGANIZZATORE

D.R. FIKBMS ALTO ADIGE IN COLLABORAZIONE CON L'ASD SPORTS COLLEGE DI SALORNO

DATA E LUOGO DELL'EVENTO

1 E 2 APRILE PRESSO ASSOCIAZIONE SPORTIVA SPORTS COLLEGE – SALORNO (BZ) – VIA ALDO MORO N. 16 (VICINO PISCINA COMUNALE)

CONTATTI PER INFO GENERALI:

D.R. ALTO ADIGE – M.o Vito Magri – cel 3489325033

E-MAIL: altoadige@fikbms.net; info@kickboxingbolzano.it

A CHI E' RIVOLTO

A tutti i tecnici del settore Shoot Boxe ed a tutti i Tecnici FIKBMS interessati all'acquisizione di n. 2 crediti formativi. A tutti gli interessati al solo stage di Shoot Boxe a partire dal grado di Cintura Marrone in su (POSTI LIMITATI SI PREGA DI CONTATTARE IL D.R. ALTO ADIGE Vito Magri – Cel. 3489325033 – per conferma)

ISCRIZIONI e COSTO:

Le iscrizioni sono da effettuare obbligatoriamente attraverso l'apposita scheda iscrizione e da inviare con allegata copia del versamento effettuato alla segreteria federale: eventi@fikbms.net **entro e non oltre Giovedì 30 Marzo 2017**

Costo: € 90,00 con acquisizione n. 2 crediti formativi (Stage completo tecnici FIKBMS)

Costo: € 50,00 con acquisizione di n. 1 credito formativo (solo giornata di sabato tecnici FIKBMS)

Costo: € 60,00 solo stage di Shoot Boxe (aperto a tutti, esclusa parte psicologia dello sport)

IL VERSAMENTO DELLA QUOTA D'ISCRIZIONE DOVRA' ESSERE INTESTATO A:

FIKBMS

UBI BANCA

IBAN: IT49H031112040600000015928

Causale: Stage Shoot Boxe Salorno (BZ) 1 e 2 aprile 2017

PROGRAMMA DELLO STAGE:

SABATO 1 APRILE

09:00 – 13:00 TEORIA

DOCENTE PROF. GIORGIO MEROLA

Psicologo dello sport/ formatore

Concetto di limite mentale e senso di autoefficacia

La resilienza, ossia cadere e rialzarsi

Il dialogo interiore dell'atleta e tecniche di ristrutturazione cognitiva

Visualizzazione aspetti tecnici e gestione degli imprevisti

Sfruttare la forza dell'avversario: l'approccio strategico nella gestione degli aspetti psicologici della performance sportiva

Gestione dell'ansia e conseguimento dello stato di attivazione ideale

Tecniche di rilassamento e attivazione Training autogeno

13.00 – 15.00 PRANZO/PAUSA

15.00 – 19.00 TEORIA/PRATICA

DOCENTE M.O PATRIZIO RIZZOLI

REGOLAMENTI KICK JITSU, SHOOT BOXE, MMA UF

TECNICHE DI PERCUSSIONE

TECNICHE DI ATTERRAMENTO

TECNICHE DI BLOCCAGGIO

TECNICHE DI USCITA DA BLOCCAGGIO

DOMENICA 2 APRILE

09.00 – 13.00 TEORIA/PRATICA

DOCENTE M.O PATRIZIO RIZZOLI

ARBITRAGGIO KICK JITSU, SHOOT BOXE, MMA UF

TECNICHE DI DIFESA DA TENTATIVO DI ATTERRAMENTO E USO DELLE PERCUSSIONI
AL SUOLO

**IL PROGRAMMA, A PARTIRE DA SABATO DOPO PRANZO, POTRA' SUBIRE
LEGGERE MODIFICHE IN RELAZIONE ALLE ESIGENZE DIDATTICHE DEL M.O P.
RIZZOLI**

INFO

altoadige@fikbms.net;

info@kickboxingbolzano.it

[Cel. 3489325033](tel:3489325033)

D.R. FIKBMS ALTO ADIGE

Vito Magri