



FEDERAZIONE ITALIANA

Kickboxing Muay Thai Savate Shoot Boxe



DSA / CONI

CORSO DI AGGIORNAMENTO CON 2 CREDITI FORMATIVI

ORGANIZZATORE

Delegato FIKBMS Regione Trentino

DATA E LUOGO DELL'EVENTO

Sabato 8 e Domenica 9 aprile 2017 –

Presso Palestra a.s.d. PUNTO FITNESS via del Garda 44 bis a Rovereto

PROGRAMMA

Sabato 8 aprile

Ore 14.00-15.00 accreditato partecipanti

Ore 15.00-19.00 Alessandro Milan: Didattica e metodologia dell'insegnamento della kick boxing nelle attività giovanili.

Domenica 9 aprile

Ore 8.30-9.30 accreditato partecipanti

Ore 9.30-13.00 Michele Surian: Mental Training – Le abilità mentali e il loro ruolo chiave nella performance. Il goal setting: come stabilire e perseguire gli obiettivi, caratteristiche dell'obiettivo e tecniche di programmazione.

Ore 13.00-13.30 Lunch break

Ore 13.30-18.00 Michele Surian: Mental Training – La regolazione delle emozioni. Tecniche di gestione dello stress e dell'ansia. Come prepararsi alla competizione.

ISCRIZIONI

L'iscrizione è da effettuare tramite apposito MODULO ADESIONE da inviare in segreteria a eventi@fikbms.net entro venerdì 7 aprile.

Il costo dell'intero stage è di 90,00 Euro e da diritto a 2 crediti formativi, il costo dello stage di domenica è di 60,00 Euro e da diritto ad un credito formativo.

Il versamento dev'essere eseguito con bonifico bancario a:

FIKBMS

CAUSALE: ISCRIZIONE CREDITI FORMATIVI 8/9 APRILE ROVERETO

UBIBANCA

IBAN IT49H031112040600000015928

Inviare i nominativi e ricevuta di pagamento a eventi@fikbms.net entro venerdì 7 aprile.

PER INFO GENERALI:

D.R. Trentino Fikbms Giorgio Villa cell. 3470891264

Email: giorgiovilla68@alice.it
trento@fikbms.net

Le lezioni prevedono sia parti teoriche che pratiche in cui verranno illustrate proposte operative con esercizi e le tecniche di applicazione degli stessi. Si invitano pertanto i partecipanti a portare tutto l'occorrente per la pratica (abbigliamento comodo ginnico).

DOCENTI DEL CORSO



ALESSANDRO MILAN

Maestro di Kick Boxing 7° Dan, Cintura nera dal 1982 e insegnante professionista dal 1984. Diplomato ISEF, professore di Scienze Motorie e Sportive, pluricampione italiano e per 8 anni nazionale WAKO, allenatore e preparatore atletico di numerosi campioni del mondo. Direttore tecnico della nazionale Seniores di Point Fighting FIKBMS-WAKO dal 1992 al 2000. Attualmente Direttore tecnico della nazionale cadetti e junior di Light Contact FIKBMS-WAKO. Tecnico di 4° livello Europeo del CONI. E' uno dei responsabili Commissione Nazionale Attività Giovanili e Scolastiche FIKBMS.

MICHELE SURIAN



Maestro di Kick Boxing 7° Dan, Cintura nera dal 1979 e insegnante professionista dal 1982, ex atleta della Nazionale Italiana (Campione Europeo e 9 volte Campione Italiano), professore di Scienze Motorie e Sportive, diplomato ISEF e laureato in Scienze Motorie, Master Universitario in Psicologia dello Sport, tecnico di IV livello europeo CONI.

Maestro di numerosi campioni del mondo, è uno dei responsabili della Scuola Nazionale di Formazione FIKBMS-WAKO e Direttore Tecnico della Nazionale Italiana Seniores di Light Contact. Autore di numerose pubblicazioni e del libro "La sfida dell'eccellenza" (Mursia editore) e del primo articolo scientifico relativo alla Kick Boxing su SDS (rivista del CONI).