



# Jigoro Kano Firenze con il patrocinio FIJLKAM Toscana settore Judo organizza



## LEZIONE MONOTEMATICA IL PIEDE – LA CAVIGLIA SABATO 23 FEBBRAIO 2019

ISTITUTO DUCHENNE Scuola Italiana di Educazione Fisica  
Via A. Corelli 27 – 50127 Firenze Tel e Fax 055/4360774

La lezione è rivolta a tutti coloro che rivestono un incarico di insegnamento (da Aspiranti-Allenatori a Maestri) e che si possono trovare in situazioni particolari nel loro percorso professionale.

A queste lezioni possono altresì partecipare tutti coloro che vogliono approfondire tali tematiche per il piacere di conoscere e studiare.

Avere una base di elementi anatomo-fisiologici, oltre a riconoscere paramorfismi e dimorfismi molto frequenti nell'età adolescenziale, oppure gli esercizi più appropriati da far svolgere in caso di trauma, possono rappresentare elementi di ulteriore professionalità.

### PROGRAMMA:

Ore 9,45 Iscrizione corsisti – consegna materiale Didattico

Ore 10,00 **In Aula:**

Anatomia della gamba e del piede

Fisiologia articolare

I paramorfismi e i dimorfismi del piede – Casi pratici

Elementi di Traumatologia.

Ore 11,30 Pausa caffè (offerto)

Ore 11,45 **In Palestra: (si consiglia tuta ginnica)**

Teoria e Tecnica degli esercizi, cosa fare e cosa non fare nel judo, cosa proporre in presenza di alterazioni del piede, come comportarsi in caso di traumi.

Ore 12,45 Termine della lezione e consegna degli attestati di frequenza.

Docente: **Danilo Matteucci** Istruttore di judo – CN 4° Dan

Diplomato ISEF – Maestro di Ginnastica ID

Insegnante corsi di ginnastica Correttiva e Medica Istituto Duchenne

Socio Fondatore Società Italiana di Educazione Fisica (2005)

Docente a contratto Università di Parma anni 2005/06 e 2006/7

**Iscrizione:** Il corso avrà un numero massimo di 25 iscritti. Per prenotarsi sarà sufficiente inviare una mail a [danilo.matteucci@yahoo.it](mailto:danilo.matteucci@yahoo.it) con i seguenti dati: Cognome, Nome, data di nascita, Titolo di studio, Professione, Società di appartenenza .  
(Farà fede la data di invio).

**Quota di partecipazione:** € 30,00 da versare all'atto della partecipazione.