



F.I.J.L.K.A.M.
FEDERAZIONE ITALIANA JUDO LOTTA KARATE ARTI MARZIALI



COMITATO REGIONALE TOSCANA

VICE PRESIDENTE - SETTORE JUDO

Via Irlanda, 5 - 50126 FIRENZE

www.crtjudo.it - tel. 3393528173 - mail- vicepres.judotoscana@fijklkam.it

A tutte le Società e Tecnici interessati

OGGETTO : Modulo aggiornamento Insegnanti tecnici 2021

Ad integrazione di quanto già segnalato in fase di organizzazione del corso aggiornamento insegnanti tecnici, si comunica la possibilità di poter effettuare sabato 20 novembre a Firenze dalle 15.00/19.00 , un modulo inerente l'argomento :

"La prevenzione degli infortuni nel judo"

Quali e come agire – Uno sguardo d'insieme

L'obbiettivo della lezione è quello di creare un collegamento, con approfondimenti, della lezione, proposta dalla Federazione, del Prof. Fabio Fanton, "Prevenzione dei Traumi negli Sport di combattimento (che si consiglia di visionare prima di partecipare alla lezione).

Sarà una lezione Teorica frontale con uso di slide e Pratica sul tatami (sarà sufficiente presentarsi in **tuta ginnica**).

Nel dettaglio il Programma tratterà:

PARTE TEORICA

- Premessa e introduzione
- Le principali articolazioni "colpite"
- Elementi di Anatomia e Fisiologia Articolare
- Cenni di Traumatologia e Patologia d'interesse per l'insegnante

PARTE PRATICA

- Importanza dei materiali
- Esame morfologico, test, notizie utili sull'allievo
- Le Ukemi
- Analisi di alcune tecniche e modalità di esercitazione

Per motivi organizzativi la **Lezione è a numero chiuso (massimo 20 partecipanti)**.

E' necessario prenotarsi alla lezione inviando una mail

a danilo.matteucci@yahoo.it specificando Cognome, Nome, Qualifica, Titolo di studio e un recapito telefonico.

I primi 20 iscritti **riceveranno risposta di conferma** per mail e le indicazioni per raggiungere la sede del corso.

Per coloro che non avessero potuto partecipare al corso di aggiornamento di Follonica (ne di persona ne giustificando l' assenza) ma in regola con il tesseramento (stampa bollino 2021 e copia bonifico della quota di iscrizione) , la presente varrà come modulo alternativo .

I nominativi dei partecipanti verranno inviati al Comitato Regionale Toscano, per la validazione del modulo (4 ore).

Il Vice Presidente sett.JUDO

Mazzi Aldo





FIJKAM

FEDERAZIONE ITALIANA JUDO LOTTA KARATE ARTI MARZIALI



FEDERAZIONE
SPORTIVA NAZIONALE
RICONOSCIUTA
DAL CONI

COMITATO REGIONALE TOSCANA

VICE PRESIDENTE - SETTORE JUDO

Via Irlanda, 5 - 50126 FIRENZE

www.crtjudo.it - tel. 3393528173 - mail- vicepres.judotoscana@fijklkam.it