



## **Stage Nazionale di Judo**

**22-23 Ottobre 2016**

**Judo Neverland - Siena**

***Strada degli agostoli 127, Siena***

Il settore Judo ACSI organizza uno stage tecnico per tutti i praticanti di Judo, aperto anche ai non tesserati ACSI, il 22 e il 23 ottobre 2016, che avrà come tema: “Dalla forma tecnica all’efficacia nell’esercizio libero, studio di una tecnica e sue applicazioni nel ‘Randori’, e sarà tenuto dal M° Marco Isidori.

Seguirà uno spazio di “Riflessioni sull’esercizio ‘Randori’: pratica, considerazioni e proposte” coordinato dalla Commissione Tecnica Nazionale.

**Nel corso dello Stage ci sarà inoltre una sessione di esami per i passaggi di grado (dan) e/o per l’ottenimento della qualifica tecnica.**

L’incontro vuole essere un’occasione di scambio culturale e tecnico degli aspetti sopra citati, in linea con il principio di JITA KYO EI che caratterizza il nostro modo di intendere e fare Judo.

Si raccomanda la partecipazione soprattutto dei responsabili tecnici dei Comitati regionali e provinciali delle varie regioni e degli aspiranti tecnici.

Si rammenta, inoltre, che la partecipazione agli Stage nazionali, è necessaria per l'eventuale acquisizione della qualifica di istruttore e Maestro (V. Regolamento ACSI).

Tutti i partecipanti debbono essere in regola con il tesseramento e assicurazione.

**Programma:**

**SABATO 22**

- Ore 16.30 Arrivo e registrazione partecipanti
- Ore 17.00 – 19.30 Pratica Judo
- Ore 20.00 Cena in palestra
- Ore 21.30 Riunione aperta allievi e insegnanti
- Ore 23.00 Pernottamento sul tatami o in hotel convenzionato

**DOMENICA 23**

- Ore 8.30 Colazione
- Ore 9.30 – 11.30 Pratica Judo
- Ore 11.30 – 13.30 Esami
- Ore 14.00 Spuntino e partenze

N.B.: Per la cena e lo spuntino della domenica ognuno provvede a portare qualcosa da condividere in comune.

La Quota di partecipazione richiesta a titolo di contributo per le spese organizzative è di € 10,00 (dieci/00), e verrà versata direttamente sul posto, mentre la quota d'esame è quella stabilita dal Settore Arti Marziali dell'ACSI.

Per chi lo desidera, c'è la possibilità di dormire sul tatami, altrimenti gli alberghi convenzionati sono:

**Hotel convenzionati:**

- **B&B "Fonte dei Tufi"** 0577/280683 Strada dei Tufi, 59, 53100 Siena SI  
Camera Singola € 45,00 / Camera Doppia € 55,00 + € 2,50 a persona per tassa di soggiorno.
- **HOTEL "LA COLONNA"** 0577/236303 Via Di Pescaia 73/75, 53100 Siena SI  
Camera Singola € 59.00 / Camera Doppia € 72.00 + €2,50

Entrambe le opzioni dei due Hotel comprendono prima colazione a buffet

**ADESIONI ENTRO E NON OLTRE IL 15 OTTOBRE 2016**

**(per chi deve sostenere gli esami specificare attuale grado e/o qualifica e da chi e quando è stato rilasciato) inviando una mail a: [judo@acsi.it](mailto:judo@acsi.it)**

Per info: [marcoisidori@clicsi.net](mailto:marcoisidori@clicsi.net) - 335 1723679

***Come arrivare:***

Uscita Siena Ovest (S. Marco) sulla 'S.S. 73 SENESE - ARETINA' direzione 'COSTAFABBRI' (girare a sinistra per chi viene da Nord, girare a destra per chi viene da Sud) A Costafababri bivio a destra, poi ancora a destra, seguendo le indicazioni: MONTALBUCCIO - BELCARO – LECCETO.

Proseguire per circa 2,5 Km sulla 'Strada degli Agostoli' fino a raggiungere la palestra. Le auto devono essere parcheggiate lungo la strada, sulla banchina, in maniera da ingombrare minimamente la sede stradale.