



karate
federación vasca
euskal federazioa

www.karateeuskadi.com



CURSO DE FORMACION Fundamentos y Técnicas básicas Examen de C. Negro 1º Dan de Goshin

Características –

Curso abierto a todos los practicantes de Karate y Goshin; así como a todos cuantos quieran adentrarse en el conocimiento de los principales fundamentos y técnicas básicas, que integran la preparación de un examen de C. Negro 1º Dan de Goshin

Fecha – sábado 5 de noviembre de 2016.

Lugar - CPT de Fadura (Getxo)

Horarios - Sábado Mañana - De 10 h. a 13,00 h.
Sábado Tarde - De 16 h. a 19,00 h.

Profesores -

- **José Luis Prieto Méndez** 8º Dan Karate y Director del Dto. Nacional de Autodefensa y 6º Dan de Goshin-Karate-Jutsu
- **José Ángel Rial Iriondo** 6º Dan karate y Sub. director del Dto. Nacional de Autodefensa y 5º Dan de Goshin-karate-Jutsu y Dtor. de la FVK.

Destinatarios - Practicantes de Karate y Disciplinas asociadas con licencia anual federativa en curso del 2016.

Inscripciones -

A través de la Federaciones Territoriales antes del martes, 02 de Noviembre de 2016.

Cuota 30€ (inscripciones y pagos mediante la Federaciones Territoriales)

- Licencia de FVK o Nacional del año 2016.

Material - Karategi o Keikogi

Nota - No se permitirá la filmación de los asistentes con video.

Contenido del Curso –

INTRODUCCIÓN TEÓRICA:

- Características del examen de C. Negro 1º Dan.
- Partes del examen.
- Grupos técnicos.
- Fundamentos básicos.
- Técnicas.

TRABAJO SOBRE FUNDAMENTOS:

- Tai-Sabaki-kata – Esquivas.
- Hazushi-Kata - Escapes.
- Ukemi-Kata – Caídas.

TRABAJO SOBRE TÉCNICAS:

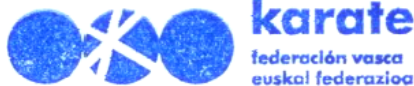
- Atemi-Waza – Golpes.
- Kansetsu-Waza – Luxaciones.
- Nage-Waza – Proyecciones.
- Katame-Waza – Controles.
- Osaekomi-Waza – inmovilizaciones.

Bilbao 13 de octubre de 2016

EL PRESIDENTE



Jose Manuel Colás Mosquera



Julián Gayarre,
44 48004 Bilbao
T. 94 459 81 11
F. 94 459 81 63
fvk.ekf@karateeuskadi.com