



Corso per allenatori ASJ e G+S

Judo

Corso di perfezionamento G+S

Corso no

- Data: Domenica 20 giugno 2010
- Luogo: Dojo JBC Bellinzona, via ai Saleggi
- Organizzazione: Associazione Svizzera di Judo. Dip.. Judo, formazione
- Direzione corso: Willy Brunner – Romolo Fibbioli – Beppe Vismara
- Partecipanti: **Monitori G+S, allenatori FSJ 1,2,3**
(corso di perfezionamento G+S)
Aspiranti monitori dal 2° kyu *
Massimo 40 (ordine d'iscrizione)
- Iscrizioni: per iscritto entro il 30 maggio 2010
A: Willy Brunner 6954 Sala Capriasca
Email: judo.wbrunner@rocchetta.ch
o tramite coach nel sito G+S (UFSPO)
- (Nome, cognome, indirizzo, no AVS, grado judo, grado monitore e no licenza ASJ)
- Costo: monitori G+S Fr. 60.-- pranzo incluso
 * Non-monitori Fr. 70.-- pranzo incluso

Programma:

- 09.00 apertura corso
- 09.15 novità G+S – il concetto d'allenamento: Il movimento
- 10.30 Pratica: l'allenamento della condizione

- 12.30 pranzo in comune nel dojo

- 13.45 Judo/JuJitsu nuovo fascicolo G+S
- 15.00 Pratica: l'allenamento della coordinazione
- 16.30 discussione e valutazione
- 17.00 chiusura del corso

La presenza è richiesta per tutta la durata del corso di perfezionamento