

ANNO ACCADEMICO 2022/2023

Attività federale



AIKIDO SEMINAR

Per Cinture Nere & 1° Kyu

CN

*seminario di approfondimento
delle richieste degli studenti*

CONDOTTO DA:

M° Fabio Ramazzin 5° Dan
Docente professionista,
allievo diretto di *Daniel Toutain*

PRESSO:

Ad Oriente a.s.d.
via Campo dei Fiori 1
Cardano al Campo (VA)

LA PRIMA DOMENICA DEL MESE DI:

sett. - nov. - gen. - mar. - mag.

Dalle 9.30 alle 13.00



SEMINARIO DI APPROFONDIMENTO PER CINTURE NERE E 1 KYU

Tutte le date degli incontri:

- 25 sett. '22: *Ken tai jo - Ushiro Waza*
06 nov. '22: *Kumi Jo - Katame Waza*
08 gen. '23: *Ki musubi no tachi - anticipo/assorbimento*
05 mar. '23: *Jo awase non codificati - Nage waza*
07 mag. '23: *13 no kumi jo - Ki no nagare*

Dove:

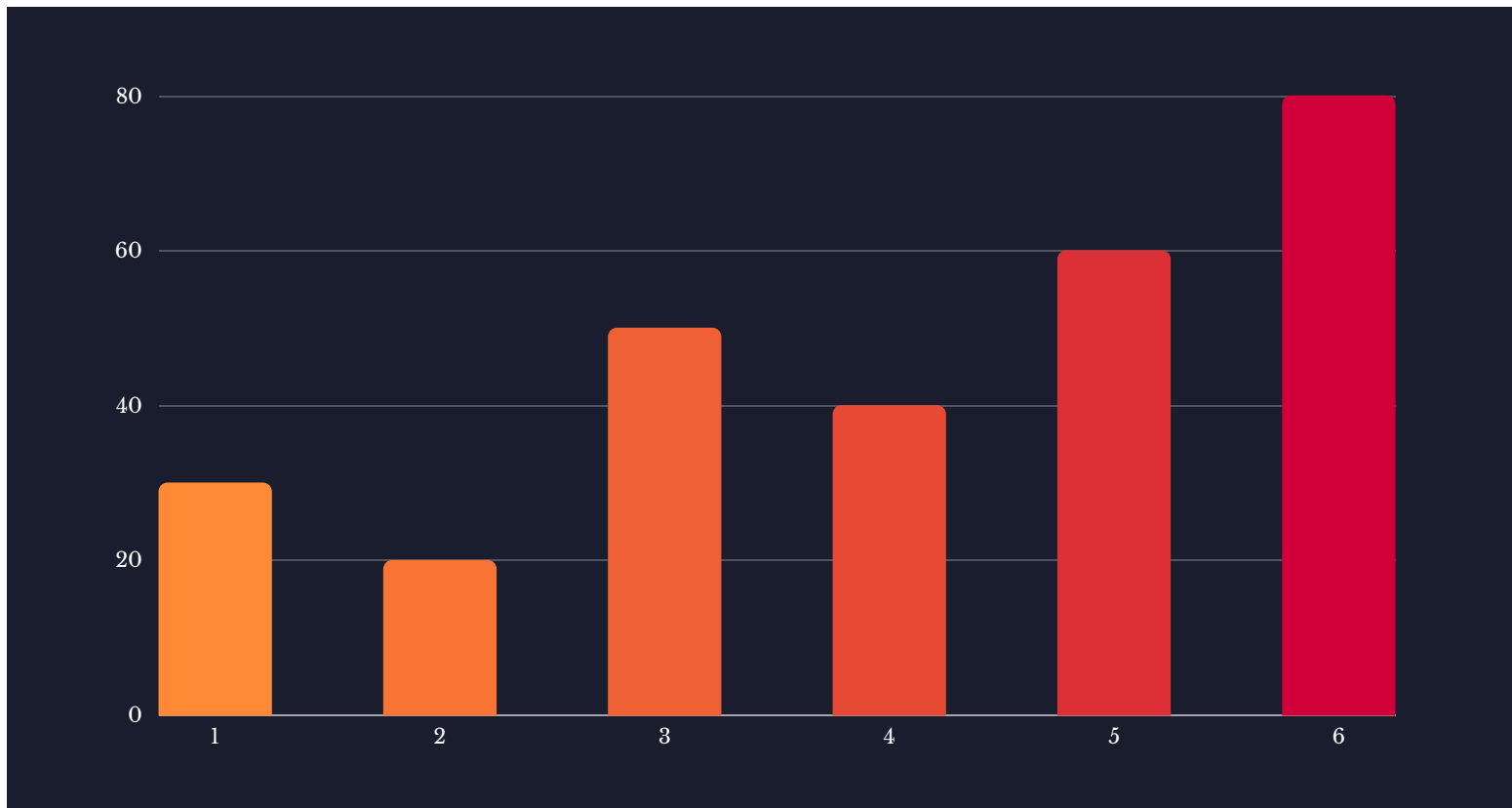
C/o Ad Oriente Dojo.
Via Campo dei Fiori 1
Cardano al Campo (VA)

Orari:

9.30 - 11.00
11.15 - 13.00



LEZIONI DEDICATE



Lezioni ad alto rendimento tecnico

Queste lezioni hanno argomenti "guida" pre-impostati ma possono variare in base alle richieste dei partecipanti.

Infatti i praticanti sono invitati a fare richieste sia su dettagli che su interi argomenti di studio, che possono essere sviluppati durante la lezione.

Questo approccio, accompagnato dalla possibilità di praticare con praticanti di grado avanzato ad un ritmo e ad una intensità adeguati al livello tecnico dei presenti, garantisce una massima ottimizzazione delle lezioni.



PRATICARE CON "PARIGRADO"

Le lezioni bimestrali per cinture nere sono aperte a praticanti di grado Dan e agli studenti di grado 1° kyu.

Sono lezioni intense e articolate ed è pertanto necessario avere un bagaglio minimo di esperienza per potervi partecipare.

Lavorando con "parigrado" è possibile aumentare il ritmo di lavoro, l'intensità e soprattutto scendere in profondità nei dettagli, cosa non sempre realizzabile durante le lezioni ordinarie o durante un seminario con praticanti di livello tecnico eterogeneo.

Da sempre, in ogni attività, un allenamento intenso e un obiettivo ben calcolato permettono di raggiungere ottimi risultati.

Integra con:

LEZIONI TUTTI I LIVELLI



E negli altri mesi...

Puoi partecipare alle lezioni per tutti i livelli. Sono lezioni monografiche completamente verticali.

Le lezioni prevedono argomenti pre-impostati da sviluppare durante gli incontri.

Il seminario si sviluppa su tre moduli; ogni modulo prevede una sessione dedicata al Taijutsu e una al Bukiwaza.

Ogni modulo é indipendente ed è possibile partecipare liberamente ai moduli che interessano.

Per maggiori dettagli puoi contattarmi direttamente:

fabio.ramazzin@gmail.com

Oppure contattare:

Ad Oriente a.s.d.: 388 563
8692





CONTRIBUTI DI PARTECIPAZIONE

Per ogni incontro è previsto un contributo a copertura delle spese

Costo singola lezione

Costo orario

€ 25,00

€ 7,14

Attività correlate

Seminario per tutti i livelli

Altamente consigliato come attività integrativa da affiancare alla pratica per le sole cinture nere.



Lezioni ordinarie

E' possibile partecipare alle lezioni ordinarie

Lunedì: 20.00 - 21.30 Bukiwaza

Giovedì: 20.00 - 21.30 Taijutsu

Sabato: 09.30 - 11.00 Taijutsu

Sabato: 11.00 - 12.30 Bukiwaza



Lezioni speciali & Seminari

Sono incontri di approfondimento, studio e allenamento tecnico create *ad hoc*, che si svolgono durante l'anno presso lo nostra o altre sedi.

