



Arezzo, 16 luglio 2019

ALLE SOCIETA' SPORTIVE TOSCANE

AI TECNICI C.R.A.S./C.T.R.

### **KATA/KUMITE 3° SEMINARIO C.T.R.K. QUADRIENNIO OLIMPICO**

*(Marina di Massa/MS, 14/15 Settembre 2019)*

Al Seminario Regionale di cui all'oggetto sono invitati a partecipare tutti gli atleti, regolarmente tesserati FIJLKAM e con il grado minimo di cintura BLU.

Il Seminario avrà luogo a Marina di Massa/MS presso il villaggio turistico "Torre Marina" in via Fortino di San Francesco, 1 – 54037 Marina di Massa- MASSA.

Il Seminario del CRTK presieduto dal Vice presidente Regionale E. Bertocci si svolgerà sotto la supervisione del Responsabile dei Centri Tecnici Andrea Capacci, coadiuvato dai collaboratori Tecnici Regionali.

Le finalità di questo seminario sono: verificare i modelli di prestazione con particolare attenzione agli atleti in partenza per il trofeo Coni e accrescimento tecnico/tattico degli atleti attraverso il confronto. Indentiamo anche fornire, agli atleti e tecnici, indicazioni per una corretta ripresa della stagione Agonistica.

Chiediamo gentilmente a tutti di presentarsi agli allenamenti con il **Karategi**, senza collane, bracciali o piercing e ricordiamo che per il kumite è obbligatorio l'uso di tutte le protezioni regolamentari (anche conchiglia, corpetto, paraseno e paradenti).

Durante gli allenamenti è ammessa la presenza dei genitori; sono invitati tutti i tecnici regionali a partecipare come osservatori al seminario. Se gli stessi vogliono soggiornare nella struttura lo possono fare alle condizioni di seguito specificate.

I Presidenti Sociali garantiscono che gli Atleti invitati sono regolarmente tesserati FIJLKAM per l'anno in corso, che sono in possesso di **certificazione medica idonea** alla pratica agonistica rilasciata dai sanitari abilitati dalle norme vigenti e, quindi, sono in perfette condizioni psico-fisiche e tecnico-tattiche per sostenere gli allenamenti previsti; Tutti gli atleti minorenni devono essere accompagnati da un tutor maggiorenne presente in struttura (tecnico, genitore o atleta maggiorenne) non necessariamente della stessa ASD.

**Precisiamo che le spese di viaggio e soggiorno sono a carico dei partecipanti o delle Società Sportive di appartenenza, come successivamente specificato.**

**PRENOTAZIONI ATTRAVERSO IL FORM ON-LINE ENTRO E NON OLTRE IL 06 SETTEMBRE 2019.**

Si ricorda che il seminario completo vale come due presenze agli allenamenti CTR.  
Sicuri che l'invito sarà accolto con la totale partecipazione degli atleti e delle A.S.D. inviamo i più cordiali saluti e auguri di buon lavoro.

**IL PROGRAMMA ALLENAMENTI VERRA' COMUNICATO AL TERMINE DELLE  
ISCRIZIONI IL 20/8/19.**

	<b>COSTI PER ATLETI:</b>	<b>COSTI PER ACCOMPAGNATORI, GENITORI E TECNICI:</b>
Arrivo Sabato 14 settembre mattina Partenza Domenica 15 settembre pomeriggio (dal pranzo del sabato al pranzo della domenica inclusi)	€ 85,00	€ 70,00
Arrivo venerdì 13 settembre pomeriggio Partenza Domenica 15 settembre pomeriggio (dalla cena del venerdì al pranzo della domenica inclusi)	€ 125,00	€ 110,00
Arrivo venerdì 13 settembre pomeriggio senza cena Partenza Domenica 15 settembre pomeriggio (dalla colazione del sabato al pranzo della domenica inclusi)	€ 115,00	€ 100,00
Arrivo venerdì 13 settembre pomeriggio partenza Sabato 14 settembre pomeriggio Dalla cena del venerdì al pranzo del sabato inclusi) <i>oppure</i> Arrivo sabato 14 settembre pomeriggio partenza Domenica 15 settembre pomeriggio Dalla cena del sabato al pranzo della domenica inclusi)	€ 60,00	€ 50,00
Unica giornata Arrivo dopo colazione e partenza nel pomeriggio dopo allenamento (solo pranzo incluso)	€ 30,00	€ 20,00

**Il pagamento è possibile solo in contanti in loco.**

**Il costo dell'intero Seminario include: gli allenamenti, sistemazione in camere doppie, triple e quadruple, pasti, accesso mare riservato con ombrellone e sdraio, accesso piscina e servizio docce.**

**OGNI 10 ATLETI ISCRITTI DELLA STESSA SOCIETA' SPORTIVA  
(INTERO SEMINARIO) L'UNDICESIMO E' GRATUITO.**

## **INFORMAZIONI LOGISTICHE:**

### **SEMINARIO SEDE DI MARINA DI MASSA**

Villaggio Torre Marina

Via Fortino di San Francesco, 1 – 54037 Marina di Massa – MASSA Tel. 0585869310

Per eventuali INFO: Andrea Capacci (tecniche) 3346176913, Lorenzo Zaccarello Galeotti (logistiche) 3389546190

**Vi ricordiamo che i genitori, o chi ne fa le veci, dei minori non accompagnati dovranno firmare in loco un foglio per le responsabilità civili.**

**ISCRIZIONE ON LINE SUL SITO [WWW.CRTPKARATE.IT](http://WWW.CRTPKARATE.IT)**

### **ORARI INDICATIVI DA CONFERMARE A CHIUSURA ISCRIZIONI:**

Sabato 14/09

9:30 Kata M/F tutte le categorie

10:45 Kumite Esordienti/Assoluti/Master

12:00 Kumite CTR

15:00 Kata M/F tutte le categorie

16:30 Kumite Esordienti/Assoluti/Master

18:00 Kumite CTR

Domenica 15/09

8:45-10:15 Kumite CTR

10:15-11:45 Kumite Esordienti/Assoluti/Master

11:45-13:15 Kata

14:45-16 Kumite CTR

16-17:15 Kumite Esordienti/Assoluti/Master

17:15-18:30 Kata