

SEMINARIS DE JUDO

El Centre de Tecnificació de Judo del Bages i Moianès amb la col·laboració de la Regidoria d'Esports de l'Ajuntament de Manresa i la Federació Catalana de Judo i DA, organitza uns Seminaris de Judo dret, Judo terra i Kata.

Els motius que ens mouen a fer aquests seminaris són bàsicament la situació que vivim molts professors, que pel fet de dedicar pràcticament el 100% del nostre temps a impartir classes, ensenyar i o preparar competidors, no ens deixa temps material per poder treballar, estudiar i fer les tècniques fonamentals que usem o ensenyem menys, amb l'habilitat i agilitat que requereix cadascuna d'elles perquè sigui eficaç i la puguem transmetre als nostres alumnes.

Aquestes situacions provoquen que molts professors hagin de buscar temps, llibres, vídeos, programes etc. per tal de posar-se al dia en alguns continguts.

L'activitat també va adreçada a judokes que es volen presentar per examinar-se de pas de grau de 1r. 2n i 3r. Dan o fer el curs de Tècnic Esportiu especialista en Judo de Nivell I o Nivell II.

Els objectius són:

- Fomentar el perfeccionament i l'estudi de les tècniques de Judo tant de Nage-Waza com de Katame Waza
- Estudiar i perfeccionar el Nage No Kata i el Katame No Kata
- Informar i explicar les últimes actualitzacions del Gokyo Kodokan
- Definir i explicar els Fonaments Bàsics del Judo així, com l'aplicació d'aquests en la seva pràctica

Dissabte dia 26 de maig 1^a sessió de 10.00 a 13.00 h Nage Waza:

- Tècniques del Gokyo (Te-Waza, Koshi-Waza i Ashi-Waza, Ma Sutemi Waza i Yoko Sutemi Waza) per a 1er i 2n Dan
- Desenvolupament del treball de Nage Waza (Combinació, encadenament i contraatac)

2^a sessió de 16.00 a 19.00 h Nage - No - Kata:

- Aplicació dels Fonaments Bàsics en els 5 grups del Nage-No-Kata

Dissabte dia 9 de juny 1^a sessió de 10.00 a 13.00 h Katame Waza:

- Tècniques d'Osaekomi Waza (Fonaments i sortides)
- Tècniques de Shime-Waza (Fonaments i diferents formes de cada grup)
- Kansetsu-Waza (Fonaments i diferents formes de cada grup)
- Desenvolupament del treball al terra en funció de les reaccions de Uke sobre diferents posicions d'atac .

2^a sessió de 16.00 a 19.00 h Katame - No -Kata:

- Aplicació dels Fonaments Basics en el Katame-No-Kata

Professors Nage-waza i Katame-Waza:

- Maurici Casasayas Botines**, Mestre Entrenador Nacional. Cinturó Vermell-Blanc 7è Dan
- David Roca Genesca**, Mestre Entrenador Nacional. Cinturó Vermell-Blanc 7è Dan
- Maurici Casasayas Soler**, Mestre Entrenador Nacional. Cinturó Negre 5è Dan

Professor Nage –No-Kata:

- Josep Florís**, Mestre Entrenador Nacional. Cinturó Negre 5è Dan

Professor Katame -No-Kata:

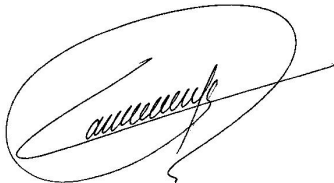
- Joaquim Hernández**, Mestre Entrenador Nacional. Cinturó Vermell-Blanc 6è Dan

Preu: **35,00€** cada seminari de 6 hores. (abonar-ho el mateix dia en el curs)

Places limitades: **40**

- Inscripcions:
- Seminari Nage - Waza i Nage-No-Kata abans del dijous 24 de maig.
 - Seminari Katame -Waza i Katame-No-Kata abans del dijous 7 de juny.
 - Per mail esport7@esport7.cat

Lloc: Centre de Tecnificació de Judo del Bages i Moianès (Nou Complex “Vell Congost de Manresa”) <https://maps.google.es/maps/ms?msa=0&msid=214063651798192384412.0004f01880a206001f36e&hl=ca&ie=UTF8&ll=41.725858,1.811202&spn=0.002062,0.004278&t=m&z=19&vpsrc=6&iwloc=0004f01895fb7f58f1cbb>



Maurici Casasayas i Botines
Director tècnic del C.T. Judo del Bages i Moianès

-INSCRIPCIÓ-

Nom i Cognoms.....

Club..... Grau Titulació.....

-Seminari Nage-Waza i Nage-No-Kata

-Seminari Katame-Waza i Katame-No-Kata