



## **ASUNTO: CURSO DE FORMACION Y TITULACION DE ESPECIALISTA, Y EXAMEN DE GRADOS. 2015**

### **Características –**

Curso abierto a todos los cintos marrones de Karate y Goshin y a todos los Cinturones Negros de Karate con la finalidad de formación, y necesario para acceso a TITULACION DE ESPECIALISTA; además de adquirir créditos para acceder a Examen vía reducción de tiempo (*para quienes lo necesiten*)

**Fecha** – 28 y 29 de Noviembre

**Lugar** - Sala de Karate/Taekwondo  
Pabellón Múltiple II  
Consejo Superior de Deportes  
Avda. Martín Fierro s/n, Madrid.

**Horarios** - Sábado Mañana - De 10 h. a 14:00 h.  
Sábado Tarde - De 15 h. a 18:00 h.  
Domingo Mañana – *Exámenes* de 09:00 h. en adelante

*Nota: El horario será de riguroso cumplimiento para poder acceder al diploma acreditativo de horas lectivas, con el que conseguir a su vez las titulaciones y homologaciones establecidas. Los diplomas serán entregados al final de la sesión del sábado, solo a quienes asistan a la jornada completa.*

**Profesor** - José Luis Prieto Méndez 8º Dan Karate y Director del Dto. Nacional de Autodefensa.

**Destinatarios** - A partir de cinto marrón de Karate y Disciplinas asociadas.

**Inscripciones** - A través de las Federaciones Autonómicas de Karate antes del viernes 20 de noviembre de 2015.

A través de las Federaciones Autonómicas de Karate antes del Viernes 13 de noviembre de 2015.

Los aspirantes a 4º y 5º Dan deberán presentar los trabajos escritos con tres semanas de antelación. Por soporte digital (a la RFEK o directamente al director del departamento).



### Cuotas - (Por curso) –

- 30 Euros.
- Licencia Nacional actualizada 2015: 60 €
- Afiliación Nacional del Club actualizada 2015: 100 €
- Las Federaciones Autonómicas deberán aportar un certificado emitido por el Secretario en el que conste que todos sus aspirantes tienen el seguro médico del año 2015 actualizado, así como la compañía aseguradora.

### Tasas - (Examen) –

CINTURON NEGRO	65,00 €
1º DAN	95,00 €
2º DAN	120,00 €
3º DAN	150,00 €
4º DAN	170,00 €
5º DAN	200,00 €
6º DAN	240,00 €

- Licencia Nacional actualizada 2015: 60 €
- Afiliación Nacional del Club actualizada 2015: 100 €

### Material - Karategi o Keikogi.

2 Tambo/Kali (50-60 ctms.)

1 bastón largo (o paraguas, bate, raqueta tenis, similar)

### Contenido del Curso –

Habida cuenta del interés suscitado en el último curso, se repasarán los contenidos del kata realizado completándose la segunda mitad que quedaba pendiente.

#### 1. Sesión matinal del Sábado ( Mano y Bastón)

- Bases teóricas –  
Proyecto estratégico marcial.
- Repaso de la ½ del kata realizado
  - Kihon-Tandoku con Te-Waza
    - Tsuki-Waza
    - Uchi-waza
  - Kihon-Tandoku con 1 y 2 bastones
    - Morote-Nigiri
    - Jyunte-Nigiri
    - Gyakute-Nigiri
  - Aplicaciones

#### 2. Sesión de tarde del Sábado ( 1 y 2 bastones)

- Entreno de segunda mitad del ejercicio dedicado al Tenkan



- Kihon-Tandoku con 1 y 2 palos
  - 2 golpes
  - 3 golpes
  - 4 golpes
  
  - Aplicaciones
  
- 3. Sesión matinal del Domingo
  - Exámenes de Grado.
  - A partir de las 9:00 horas en adelante

Madrid, 30 de Octubre de 2015

EL PRESIDENTE

ANTONIO MORENO MARQUEÑO

**DESTINATARIOS: A LAS FEDERACIONES AUTONÓMICAS DE KARATE.**