

Ai Comitati Regionali ASI
Ai Comitati Provinciali ASI
Alle Società ASI Arti Marziali


LORO SEDI

Oggetto: Corso per la qualifica da istruttore di Difesa Personale

In allegato Vi inviamo il programma per il corso di istruttore di difesa personale, promosso dal Settore Nazionale Difesa Personale, riservato a tutti gli istruttori tecnici e maestri di arti marziali e di combattimento.

Auspucando un'ampia partecipazione, rimanendo a Vs. completa disposizione per eventuali informazioni, porgiamo cordiali saluti

Marco Pietrogiacomi



Sede Nazionale

Via della Colonna Antonina, 41 - 00186 ROMA Tel. 06 6992.0228 Fax 06 6992.0924
www.alleanzasportiva.it segreteria@alleanzasportiva.it



di Promozione Sportiva riconosciuto dal Consiglio Nazionale del CONI

Ente con Finalità Morali e Assistenziali con Decreto del Ministero degli Interni n.557/B.22684.12000 A(132).

Iscritto al Registro Nazionale delle Associazioni di Promozione Sociale.

Ente riconosciuto come Associazione di Protezione Ambientale ai sensi e per gli effetti dell'art.13 della Legge 8/07/1986 n.349.

Iscritto all'Albo degli Enti di Servizio Civile Volontario.

Iscritto al "Registro delle associazioni e degli enti che svolgono attività nel campo della lotta alle discriminazioni" art.6 del DL 9/07/2003, n.215.

Aderente al Forum Permanente del Terzo Settore.



CORSO PER LA QUALIFICA DA ISTRUTTORE DI DIFESA PERSONALE

**RISERVATO AD ISTRUTTORI, INSEGNANTI TECNICI E MAESTRI DI ARTI MARZIALI
E SPORT DA COMBATTIMENTO**

SETTORE NAZIONALE DIFESA PERSONALE ASI

(ROMA - 22 E 23 MAGGIO 2010)

SABATO 22 MAGGIO 2010

ORE 08,30 ISCRIZIONE AL CORSO

ORE 09,00 CENNI DI ANATOMIA E FISIOLOGIA CON PARTICOLARE RIFERIMENTO
ALLE ARTICOLAZIONI DEL CORPO UMANO

ORE 10,00 PREPARAZIONE FISICA ADATTATA ALLA DIFESA PERSONALE

ORE 11,00 TRAUMATOLOGIA E PREVENZIONE

Docente : Dott. MASSIMO MONTECCHIANI

Laureato in Scienze Motorie – Massofisioterapista – Chinesiologo – Preparatore Atletico

Docente F.I.J.L.K.A.M. e F.I.P.C.F. -Insegnante Tecnico Karate

ORE 11,30 RISCALDAMENTO E CONDIZIONAMENTO

ORE 12,00 PRATICA DI DIFESA PERSONALE

Docente : Maestro ALESSANDRO MACHEDA

Responsabile Nazionale Settore Difesa Personale ASI

Istruttore Forze di Polizia

ORE 13,00 PAUSA PRANZO

ORE 14,00 PRATICA DIFESA PERSONALE

ORE 18,00 FINE PRIMA GIORNATA

DOMENICA 23 MAGGIO 2010

ORE 09,00 PSICOLOGIA

Docente : Dott.ssa CHIARA FOTI
Psicologo Clinico ed esperta in Sessuologia Clinica)

ORE 10,00 LEZIONE DI KEY DEFENDER (SPRAY ANTI AGGRESSIONE) CON PROVA PRATICA

Docente : Maestro GIUSEPPE MASTRONARDI

ORE 10,45 PRATICA DIFESA PERSONALE

Docente : Maestro ALESSANDRO MACHEDA
Responsabile Nazionale Settore Difesa Personale ASI
Istruttore Forze di Polizia

ORE 12,00 TEST DI VERIFICA

ORE 13,00 CONSEGNA ATTESTATI DA ISTRUTTORE DI 1° LIVELLO DI DIFESA PERSONALE ASI
(a tutti i partecipanti verrà consegnata anche la maglia di Istruttore di Difesa Personale ASI)

ORE 14,00 SALUTI

COSTO DEL CORSO: EURO 150,00

**LUOGO: ROMA – CIRCOLO SPORTIVO LA FERRATELLA – VIA SALVATORE QUASIMODO
N° 124/126 00144 TEL. 06/5004740 FAX 06/5005115**

INFO: ale.macheda@gmail.com - 333/8151085 M° ALESSANDRO MACHEDA

**AL TERMINE DEL CORSO VERRA' RILASCIATO UN ATTESTATO DA ISTRUTTORE DI
DIFESA PERSONALE ASI, UFFICIALMENTE PATROCINATO DALLA PRESIDENZA DEL
CONSIGLIO DEI MINISTRI - MINISTRO DELLA GIOVENTU'.**

**VERRA' ALTRESI' REDATTO UN ELENCO DEI PARTECIPANTI CHE CONSEGUIRANNO
L'ATTESTATO CHE VERRA' INSERITO UFFICIALMENTE NEL SITO ASI.**

IL RESPONSABILE NAZIONALE SETTORE DIFESA PERSONALE

M° ALESSANDRO MACHEDA