

Corso di TAI SAM



Tecniche di Autodifesa Integrate al Sistema di Arti Marziali **ALTA FORMAZIONE INTERDISCIPLINARE**

Il corso è rivolto a praticanti di arti marziali. Non è un corso di autodifesa ma di approfondimento tecnico, con il duplice obiettivo di estendere le conoscenze tecniche interdisciplinari e approfondirne gli aspetti applicativi.

Gruppo promotore (regia e allineamento delle lezioni):

Biavati Franco, Franzoni Ettore, Mordacci Vincenzo

Requisiti: grado minimo c. nera (c. marrone a discrezione del DT del Dojo); conoscenza base delle cadute.

Promosso da UISP DO Emilia Romagna, aperto a tutta Italia

Durata: 10 Lezioni in 2 anni (2019/2021) = 40 ore

Attestato di partecipazione a chi ha frequentato almeno il 40% delle lezioni

Attestato di specializzazione a chi è già Insegnante di AM e ha frequentato almeno l'80% delle lezioni

Programma (orario lezioni: ore 14.00/18.00)

	Materie	Docenti
12 Ottobre 2019 RE	Lo spirito del BU-DO nel contesto storico	Raimondo
	Assetto del corpo, equilibrio, propriocezione	Bisi
	Kuzushi (<i>Yawara</i>) – Nage waza	Franzoni
	Atemi waza (zuki, uchi - <i>Hikite</i>)	Biavati
14 Dicembre 2019 BO	Il significato del saluto: Za Rei – Mokuso - Reishiki	Casu
	Taisabaki – Prossemica (ma-ai)	Biavati
	Atemi waza (geri)	Pasquini
	Kansetsu waza (ju jutsu)	Leoni
15 Febbraio 2020 BO	Centralizzazione - Tue shou	Zanetti
	Zanshin - Kime	Balzarro
	Kime waza	Balzarro
	Nage waza	Franzoni
18 Aprile 2020 RE	Biomeccanica della caduta	Barduco
	Ukemi waza	Barduco
	Uke waza (kawashi, nagashi, uke)	Biavati
	Kansetsu waza (judo)	Franzoni
13 Giugno 2020 BO	Le basi della filosofia Zen	Guareschi
	Lo Zen e la pratica del BUDO	Guareschi/Franzoni
	Ukemi waza	Albertazzi/Mordacci
	Ne waza	Moscato
17 Ottobre 2020 BO	Prevenzione dei traumi	Bufalini
	Nage waza	Bufalini
	Kansetsu waza (ju jutsu)	Bonfatti
	Atemi waza (tsukami >kuzushi)	Biavati
12 Dicembre 2020 RE	Mikiri, Sen, Shikkake waza	Caprioli
	Atemi waza	Caprioli
	Sutemi waza	Franzoni
	Kansetsu waza (aikido)	Patella
Febbraio 2021 BO	Yoga – allungamento muscolare	Patella
	Kansetsu waza (riassunto)	Mordacci
	Katame waza	Albertazzi
	Shime waza	Bisi
Aprile 2021 BO	Yoga - respirazione	Patella
	Shuai Jiao (una strategia di lotta)	Barzagli
	Kyusho	Lodi/Torelli
	Kyusho	Lodi/Torelli
Giugno 2021 RE	Il sistema energetico	Basile
	Il sistema energetico	Basile
	Il corpo a corpo	Franzoni
	Strategia difensiva	Biavati

Docenti

Franzoni Ettore	M° di Judo 7° DAN, Responsabile CTN Judo UISP DO
Biavati Franco	M° di Karate 6° DAN, M° di Aikido 6° DAN
Mordacci Vincenzo	M° di Ju Jutsu 6° DAN, M° di Judo 5° DAN
Balzarro Ferdinando	M° di Karate 8° DAN
Bufalini Claudio	M° di Judo 7° DAN, Fisioterapista
Bisi Mauro	M° di Judo 6° DAN
Patella Tommaso	M° di Yoga, M° di Karate 6° DAN, M° di Aikido 6° DAN
Barduco Massimiliano	M° di Aikido 6° DAN, Prof in Scienze Motorie
Pasquini Alberto	M° di Karate 6° DAN
Zanetti Maurizio	M° di Kung Fu
Barzagli Nicola	M° di Kung Fu, Campione di Shuai Jiao
Lodi Davide	M° di Kyusho
Torelli Roberto	M° di Kyusho
Caprioli Domenico	M° di Karate 7° DAN, Responsabile CTN Karate Shotokan UISP
Moscato Luigi	M° di Judo 7° DAN
Guareshi Fausto Taitien	Abate del Monastero Fudenji Shoto Zen di Salsomaggiore
Bonfatti Andrea	M° di Ju Jutsu 6° DAN
Albertazzi Yuri	M° di Judo 4° DAN
Leoni Giuseppe	M° di Ju Jutsu 5° DAN, Campione di Duo Sistem
Basili Dante	M° di Kung Fu
Raimondo Sergio	Docente Universitario, M° di Tai Chi
Casu Maurizio	M° di Judo 6° DAN CTN, M° di Katori Shinto Ryu

Raccomandazione: è fondamentale svolgere i "compiti a casa" tra un appuntamento e l'altro, secondo quanto indicato dai docenti.

MATERIE

Parte generale: BuDo, ZaRei, Mokuso, Reishiki, Zen, Assetto del corpo, Centratura, Taisabaki, Prossemica, Kuzushi, Allungamento muscolare, Respirazione, Prevenzione dei traumi
Atemi waza; Uke waza; Principi (Zanshin, Kime, Hikite); Strategia (Mikiri, Sen, Shikkake waza)
Ukemi waza
Nage waza; Sutemi waza; Shime waza; Ne waza; Principio Yawara;
Shuai jiao
Kansetsu waza (ju jutsu, aikido, judo)
Kyusho

Il comitato promotore si riserva di apportare qualche modifica al programma in caso di necessità

Costo: € 20,00 a lezione

Per informazioni: Franco Biavati 348/6975047 E-mail: francobiavati@uisp.it

Modulo d'iscrizione

Cognome e nome

Data di nascita

Residenza (Via, n°, Città, CAP)

Mail

Tel

Disciplina/e praticata/e

Qualifica/che

Grado/i

Inviare a francobiavati@uisp.it

Oppure sms (foto) al 348 6975047