



# Manifestazione Nazionale di Ju Jitsu

## Sabato 7 Maggio 2022 Vicenza

Palazzetto dello sport Via Giacomo Leopardi N° 1 36073 Spagnolo di Cornego  
Vicenza

### Programma della manifestazione

Ore 9.30 accredito atleti

Ore 10.00 inizio stage

Dalle ore 10.00 alle ore 11.15 Kobudo riservato alle sole cinture Nere ed Istruttori. I partecipanti dovranno munirsi di "SAI". Sarà svolto un lavoro di approfondimento sull' applicazioni del SAI, .  
Dalle ore 11.15 alle ore 12.30 verrà sviluppato un lavoro sulle tecniche di proiezione sia in difesa che in competizione (esercizi di sbilanciamenti, entrare nella guardia dell'avversario e tecnica di proiezione ) Maestro Luca Angeli

Per tutti gli atleti interessati dalle ore 10.00 alle ore 12.00 verrà proposta una lezione di kick jitsu con il maestro Massimiliano Giusti sarà fondamentale munirsi di adeguate protezione

Ore 12.30 termine stage

Ore 14,30 accredito atleti

Ore 15.00 inizio stage di ju jitsu , kick jitsu, difesa personale aperto a tutte le cinture , gli atleti si divideranno in 4 aree di lavoro :

1. Area bambini dai 5 ai 12 anni ( Tecniche di Kick Jitsu e Lotta a Terra )
2. Area cinture bianco gialle arancio verdi blu viola ( l'evoluzione del Ju Jitsu nella difesa )
3. Area cinture marroni e nere ( Tecniche di ju Jitsu e difesa personale )
4. Area difesa personale femminile ( gratuito per tutte le donne )

Ore 18.30 termine stage

Docenti:

Maestro Luca Angeli Direttore Tecnico Nazionale VII° Dan

Maestro Francesco Pariselli responsabile Nazionale Settore Ju Jitsu USAcli VII° Dan

Maestro Livio Proia Direttore Tecnico Nazionale sistema Tecniche Difensive

Maestro Massimiliano Giusti Membro della Commissione Tecnica Nazionale III° Dan

Maestro Buldo Mattia responsabile Tecnico Nazionale difesa personale gruppo ju jitsu Education

- contributo stage mattina e pomeriggio tutte le cinture € 30.00 ( solo mattina € 15.00 solo

pomeriggio € 20.00 )

- contributo stage bambini fino a 12 anni € 15.00

**Commissione Tecnica Nazionale Gruppo Ju Jitsu Education Italia**