



FEDERACIÓN MADRILEÑA DE KARATE Y D.A.

C/ Alberche 21 ,28007 Madrid
Telf. 91 501 81 44 Fax: 91 552 28 78

E-mail: secretaria@fmkarate.com
www.fmkarate.com

CIRCULAR:111/2019

CURSO KATA DE COMPETICIÓN

PONENTES: **SERGIO GALÁN LÓPEZ.**
Actual Subcampeón del Mundo y Campeón de Europa Kata Equipo Senior
LIDIA RODRÍGUEZ ENCABO.
Actual Subcampeona del Mundo y Campeona de Europa Kata Equipo Senior

LUGAR: **POLIDEPORTIVO DAOIZ Y VELARDE.**
C/Alberche, 21 (Sede de la F.M.K.)
FECHA: **Domingo 29 de Septiembre de 2019.**
HORARIO: Mañana: de 10:30 a 13:00 horas
TEMARIO: * Trabajos específicos técnicos y de soltura, movilidad en Kata.
* **ANAN DAI:** Aspectos y características fundamentales (Ryuei Ryu kata). La importancia de los cambios de ritmo. Entrenamiento de la velocidad.
* **PAPUREN:** Demostración e incidencia en los puntos clave de dificultad del Kata. Diferenciación e importancia de las técnicas lentas, así como de los cambios de ritmo. Transmisión.
EDAD: Categorías Juvenil, Cadete, Junior y Senior.

CUOTA: *El curso es GRATUITO, para todos los afiliados a la F.M.K. y D.A. en el 2019. 36 € para toda persona no afiliada a la F.M.K.y D.A.*

NOTA: El número de inscripciones es LIMITADO, por lo que se respetará rigurosamente el orden de llegada hasta completar el cupo.
Se entregará DIPLOMA al finalizar el curso a todos los asistentes.

Las inscripciones a través de la plataforma antes del jueves 26 de Septiembre de 2019

Madrid, 2 de Septiembre de 2019

Vº Bº EL PRESIDENTE

DIRECTOR ACTIVIDADES
NO COMPETITIVAS

ANTONIO TORRES SERRANO



JOSE FERNANDO MARTINEZ SERRANO

