



# FIPA

## FEDERAZIONE ITALIANA PANCRAZIO ATHLIMA



Brindisi, 30/01/2024

- Corso di Aggiornamento
- Corso di Formazione
- Insegnanti Tecnici
- Ufficiali di Gara

### Circolare № 02/2024

**Oggetto:** Programma del 20° Corso Nazionale di Aggiornamento e di Formazione.  
Da realizzarsi in streaming tra le tre sedi Nord - Centro - Sud Italia il 24 - 25 FEB 2024

### Domenica 25 febbraio 2024

- 07:00 - 09:00 Solo per coloro che non hanno fatto nessuna lezione in regione per la formazione di insegnanti tecnici Delta;
- 09:00 Apertura Corso;
- 09:15 Approfondimento con pratica del progetto sport a scuola e attività giovanile  
Prof. Luciano Baderna;
- 10:15 Tecniche a distanza: - Fasi agonistiche - Calci e pugni (M° federale presso in loco);
- 11:15 Tecniche a contatto: - Fasi agonistiche - Proiezioni e bloccaggi (M° federale presso in loco);
- 12:30 Pausa Pranzo;
- 16:00 Innovazioni Arbitrali e Simulazioni di Gara  
Agon, Palaesmata e Polydamas (M° Pompeo Giancane);
- 17:00 Programma Tecnico: Ripasso del gruppo DELTA - GAMMA (M° federale presso in loco);
- 18:00 Tecniche a terra: - Veloci conclusioni per leve e strangolamenti;
- 19:00 Termine Lezioni e Cena

### Domenica 25 febbraio 2024

- 09:00 Preparazione fisica per il miglioramento tecnico - tattico delle varie fasce agonistiche  
Prof. Luciano Baderna;
- 10:00 Programma Tecnico: Ripasso del gruppo BETA - ALFA (M° federale presso in loco);
- 11:00 Adeguamenti Amministrativi e Fiscali per ASD  
Dott.ssa Rosa Gassi;
- 12:00 FINE CORSO E CONSEGNA DIPLOMI DI PARTECIPAZIONE.
- 12:30 Esami per Passaggi di Grado, Ufficiali di Gara, Qualifiche verranno fatte in Streaming.

Le tre sedi per lo svolgimento dello stage saranno:

1. **Nord** Alessandria c/o palestra Aquaelibrium 2 MMA Studio spalto Borgoglio 25 (zona stazione ferroviaria, di fianco Hotel Londra)
2. **Centro** Roma- Lido di Ostia c/o palestra Athletic Center via Antonio Zotti 104 - 106
3. **Sud** Puglia - La Puglia essendo molto lunga, il luogo sarà designato in base alle adesioni che verranno spedite, con il fine di fare percorrere meno Km possibili a tutti i tecnici.

**La Segreteria**

Via Lucio STRABONE, 42 - 72100 Brindisi (BR)  
Tel +39 328 025 8398 / Website: [www.pancrazio.org](http://www.pancrazio.org) / E-mail: [segreteriafipa@libero.it](mailto:segreteriafipa@libero.it)