

Associazione Sportiva Dilettantistica

VOLLEY PROMOTION
ACTIVITY SPORT



Corso di KUNG-FU

TRADIZIONALE STILE "TOUEI-CHOU"

"L'ARTE DI SCHIVARE I COLPI"

PRESENTAZIONE DEL PROGETTO

- Il progetto è promosso dalla A.S.D. VOLLEY PROMOTION – A.S.
- Il progetto ha lo scopo di promuovere questa arte marziale
- Il progetto è di tipo aggregativo e favorisce la disciplina

DESTINATARI DEL PROGETTO: ragazzi delle scuole elementari (3°-4°-5° classi) e delle scuole medie inferiori e superiori (massimo 25-30 partecipanti).

OBIETTIVO: diffondere tra i ragazzi la pratica degli sport minori, nello specifico del gioco del rugby.

CHE COS'è IL KUNG-FU: si tratta di un' arte marziale tradizionale cinese composta da tecniche e mosse semplici, senza particolari evoluzioni coreografiche.

ORGANIZZAZIONE DIDATTICA: comprende un programma molto vasto e completo anche a livello di preparazione fisica.

In questo particolare stile di kung-fu, il combattimento è efficace sulla media e lunga distanza e si studia l' uso di svariate armi quali, per esempio, il bastone lungo, la spada, i pugnali, etc. etc.

SEGRETERIA

Impianto Sportivo "MORANDI"

via Capuana, 22 - 10135 – Torino - Tel. 328.64.41.192 - Fax. 011/19793152
info@volleypromotion.it - www.volleypromotion.it

La preparazione e lo studio dello stile variano a seconda dell'età e del livello del praticante; per gli allievi più giovani è prevista un'attività meno impegnativa e più rivolta verso il "gioco" anche attraverso dei percorsi ludico-sportivi.

Non bisogna dimenticare però che di arte marziale si tratta, quindi tutte le attività svolte durante il corso sono finalizzate all'esecuzione dei movimenti propri di questo stile di kung-fu.

SVOLGIMENTO: il **venerdì** dalle **9.00** alle **12,00**

9.00 - 10.15	Esercizi attraverso giochi propedeutici
10.15 - 10.30	Intervallo/merenda
10,30 - 12,00	Combattimento "lieve"

Animatore / allenatore / referente presente sul campo: 1
Sarà necessario l'intervento e l'aiuto degli animatori del gruppo

SEDE: presso l'**impianto sportivo MORANDI (v. Capuana 22 a Torino)**

Presso l'Impianto troverete spogliatoi maschili e femminili, servizi igienici, bar interno.

MATERIALE SPORTIVO: (già presente presso l'impianto sportivo) bastoni, ecc.

ABBIGLIAMENTO:

- Maglietta a maniche corte non attillata.
- Pantaloncini o pantaloni della tuta un po' ampi.
- Scarpe ginniche non troppo rigide per muovere liberamente il piede.
- Calze un po' corte.
- Elastico per legare eventualmente i capelli

COSTO: (comprensivo di quanto riportato nel progetto) è di **€ 50,00** al giorno.

Si richiede una dichiarazione del responsabile del gruppo nella quale sono riportati i dati anagrafici del responsabile organizzatore e la copertura assicurativa dei ragazzi ed animatori.

PRENOTAZIONI ed INFORMAZIONI: telefonare al n° 328.644.11.92 oppure inviare un fax. al n° 011.19.79.31.52 oppure scrivere a info@volleypromotion.it

Il presidente
A.S.D. VOLLEY PROMOTION – A.S.

SEGRETERIA

Impianto Sportivo "MORANDI"

via Capuana, 22 - 10135 – Torino - Tel. 328.64.41.192 - Fax. 011/19793152
info@volleypromotion.it - www.volleypromotion.it