

# **“CURSO DE FORMACION EN GOSHIN 2021”**

## **Nuevo reglamento de competición de Goshin y EXAMENES DE GRADO**

### **Características –**

Curso abierto a todos los practicantes de karate y Goshin y a todos los C. Negros de Karate con la finalidad de formación.

### **Fecha –**

13 de Febrero de 2021

### **Lugar -**

Instalaciones del club Kisoku, Calle Amutalde 19 de Hondarribia (Guipúzcoa)

### **Horarios –**

- Sábado Mañana - De 10 h. a 13 h.
- Sábado Tarde - De 16 h. a 18 h.
- Exámenes de 18 en adelante

*Nota: Se ruega puntualidad*

### **Profesores –**

- José Luis Prieto Méndez 8º Dan Karate y 6º Dan de Goshin Director del Dto. Nacional de Autodefensa.
- José Ángel Rial Iriondo 7º Dan Karate y 6º Dan de Goshin Sub. Dtor. Nacional de Autodefensa.

### **Destinatarios -**

A todos los practicantes de Karate y Disciplinas asociadas de la FVK y DA. con licencia anual federativa actualizada 2021.

## **Inscripciones –**

**- Ingreso a través de las Territoriales.**

### **Cuota -**

- 30 Euros

### **Material -**

Keikogi ( chaqueta azul y pantalón blanco) y Hambo ( palo de 90 ctms) y Tambo (Palo de 60 ctms)

## **Contenido del Curso –**

1. Sesión matinal del Sábado ( de 10 a 13h)

- Bases teóricas –
  - Esquema de Kihon-Kata concerniente a las pruebas para el Cto. de España de Goshin.
  - Explicación y análisis de las 3 vueltas
- 1ª Vuelta - Mitad del kihon - con puño, mano, codo
- 2ª Vuelta – Trabajo de Hambo
- 3ª Vuelta - Trabajo con 2 Tambo

2. Sesión de tarde del Sábado (de 16 a 18h)

- Kihon kata completo (24 movimientos)
- 1ª, 2ª y 3ª vueltas

3. Sesión de tarde del Sábado (de 18h en adelante)

- Exámenes de paso de grado

Hondarribia a 5 de Febrero de 2021

Federación Vasca de karate