

STAGE TECNICO CON ESAMI DI DAN



CSEN MILANO
SETTORE KARATE

DATA: DOMENICA 23 MARZO 2025

LUOGO: PALESTRA M.L. KING, VIA DEI PINI 06
20072 PIEVE EMANUELE, MILANO

ORARIO: 09.00-12.00

ACCESSO: APERTO A TUTTI GLI ATLETI DA CINTURA VERDE

ADESIONI: ENTRO IL GIORNO 16 MARZO 2025

ISCRIZIONI: MEDIANTE MODULO ALLEGATO DA INVIARE
VIA MAIL A KARATE@CSENMILANO.IT

08.30/09.00 - RITROVO E REGISTRAZIONE

09.00/11.00 - STUDIO DEL KATA

11.00/12.00 - STUDIO DEL KUMITE

dalle 12.15 ca. - ESAMI DI DAN

*i gruppi saranno suddivisi in base al numero degli iscritti ed al loro grado tecnico

ALLA CORTESE ATT.NE RESPONSABILI, TECNICI E LORO ASSOCIAZIONI

Il settore Karate CSEN Milano vi invita a partecipare allo Stage Tecnico programmato per il giorno Domenica 23 Marzo 2025.

Gli allenamenti sono riservati a tutti gli atleti a partire dal grado cintura verde fino a cintura Nera.

PROGRAMMA CINTURE NERE/MARRONI

dalle 09.00 alle 11.00

STUDIO DEL KATA KANKU SHO E BUNKAI KATA

dalle 11.00 alle 12.00

STUDIO E APPLICAZIONE DI COMBINAZIONI
TECNICHE AVANZATE PER IL KUMITE

PROGRAMMA CINTURE VERDI/BLU

dalle 09.00 alle 11.00

STUDIO DEL KATA DA GARA: ENPI + BUNKAI KATA

dalle 11.00 alle 12.00

KUMITE: TECNICHE FONDAMENTALI E ATTITUDINE DI
GARA

QUOTA DI ADESIONE PROMOZIONALE: €25,00 PER TUTTI

SESSIONE ESAMI DI DAN: DA 1° A 3° DAN

1° DAN: € 90,00

min. 16 anni, 1° Kyu da almeno 1 anno

2° DAN: € 100,00

min. 2 anni da 1° Dan

3° DAN: € 120,00

min. 3 anni da 2° Dan

Gli esami prevedono il rilascio del Diploma Nazionale C.S.E.N. riconosciuto C.O.N.I.

L'iscrizione dovrà pervenire alla Segreteria mediante apposito modulo allegato.

Tutti gli Esaminandi dovranno partecipare allo Stage Tecnico prima di accedere alla Sessione d'Esame.



ENTE DI PROMOZIONE
SPORTIVA
RICONOSCIUTO
DAL CONI

SIMPOSIO ARBITRALE



CSEN MILANO
SETTORE KARATE

CONTATTI

Segr. Ist. Martino Schnickel

Segreteria Organizzativa
Sett. Karate C.S.E.N. Milano



karate@csenmilano.it



www.csenmilano.it

M°VLADIMIRO MEZZETTI

Responsabile di Settore
Sett. Karate C.S.E.N. Milano



333 647 6737

RESPONSABILI E DOCENTI

MAESTRO VLADIMIRO MEZZETTI C.N. 7° DAN

RESPONSABILE PROVINCIALE SETT. KARATE CSEN MILANO - DOCENTE NAZIONALE - DOCENTE FORMATORE CSEN

Ex Arbitro Mondiale W.K.C., insignito della Best Referee of the World Karate Championship Medal

Medaglia d'Oro ai Campionati Europei Kata e Kumite

Cavaliere dello Sport della Repubblica Italiana

IST. MARTINO SCHNICKEL C.N. 4° DAN

RESPONSABILE AREA AGONISTI - SEGRETARIO - DOCENTE FORMATORE SETT. KARATE CSEN MILANO

Ex-capitano squadra Rappresentativa Nazionale CSEN Milano

Top Ten agli Europei W.U.K.O. e W.U.K.F. spec. Kata

Plurimedagliato in Coppe, Trofei e Grand Prix Internazionali spec. Kata, Kata squadre E Kumite

Campione e vice-campione Nazionale in varie sigle (UKS, FESIK,...) spec. Kata

Top 8 ai Campionati Nazionali e Coppe Nazionali CSEN dal 2014 al 2019 spec. Kata