



# FEDERAZIONE ITALIANA KARATE

## COMITATO TOSCANA



Alle Società/Associazioni affiliate

Bagno a Ripoli, 05/05/2023 – Lett. n. 01/2023

### OGGETTO: Stage regionale con esami di conseguimento di dan

Il Comitato Regionale Toscana FIK organizza **Stage tecnico**, rivolto a tutti i praticanti di karate, sia atleti (bambini, ragazzi e adulti, agonisti e amatori) che tecnici e ufficiali di gara. Interverranno i Maestri FIK Toscana.

- Data: 04/05/2023;
- Luogo: Follonica (Gr), "Palagolfo" Via Sanzio (zona piscina);
- Ritrovo: ore 08.20, inizio stage 08.45 fine stage 11.50.

Verranno affrontati programmi tecnici federali, studio del kihon, kata ,kumite, attività ludico motoria per i più giovani.

- Iscrizioni sul luogo;
- Quota stage 20€ adulti 15€ bambini e ragazzi fino ai 16 anni, da versare in loco;
- Ogni società per facilitare le operazioni di iscrizione dovrà portare l'apposito modulo con l'elenco degli atleti presenti, con dichiarazione del responsabile legale che gli stessi atleti sono in regola con le norme sanitarie e assicurative.

Seguiranno, alle ore 12.00, gli **esami di passaggio per I°, II°, e III° Dan**. Gli esami si svolgeranno secondo i programmi tecnici di stile codificati dalla FIK e sono aperti a tutti gli interessati, purché tesserati FIK, in possesso dei seguenti requisiti (come da Regolamento Organico consultabile sul sito ufficiale della FIK: [www.federkarate.it](http://www.federkarate.it)):

- 12 anni compiuti e permanenza di un anno effettivo nel grado di cintura marrone (che deve essere tale all'atto del tesseramento) per la promozione a cintura nera 1° Dan;
- 15 anni compiuti e permanenza di due anni effettivi nel grado di cintura nera 1° Dan per la promozione a 2° Dan;
- permanenza di tre anni effettivi nel grado di cintura nera 2° Dan per la promozione a 3° Dan.

Le iscrizioni agli esami dovranno pervenire alla segreteria del Comitato Regionale Toscana tramite il Sistema di Iscrizione Attività sul NUOVO Gestionale On-Line (all'indirizzo: [my.federkarate.net](http://my.federkarate.net)) entro e non oltre Venerdì 2 giugno 2023.

Le quote di iscrizione: da versare in sede d'esame sono quelle stabilite dalla FIK e consultabili sempre sul sito internet della federazione, cioè:

- € 70 per il 1° Dan (compreso diploma per gli idonei);
- € 80 per il 2° Dan (compreso diploma per gli idonei);
- € 90 per il 3° Dan (compreso diploma per gli idonei).

FIK – Comitato Regionale Toscana  
Il Presidente  
Michele Romano

**Federazione Italiana Karate – Comitato Regionale Toscana**

T: +39 3286547342 – @: [toscana@federkarate.it](mailto:toscana@federkarate.it) – W: [www.federkarate.it/toscana](http://www.federkarate.it/toscana) -

Sede: Via Girolamo Fracastoro, 14 - Firenze