



Il sistema che si intende proporre come corso di difesa personale trae la radici dal wing chun kuen, pugno della radiosa primavera, un sistema unico basato sulla difesa personale. Il docente che seguirà il Corso è il **Maestro Pandolfi Francesco** studioso di arti marziali da oltre vent'anni. Tantissimi i corsi fatti presso la Questura e l'Università in materie psicologiche e criminologiche, infatti secondo il docente di difesa personale per poter capire come difendersi bisogna avere in mente diversi aspetti, teorici e pratici sull'argomento. Questo primo corso è di base, ma nella base si traggono tutti i fondamenti della materia in questione, è rivolto a tutti, perché la conoscenza è illimitata.

**Note:**

- **Il corso è rivolto a** praticanti di qualsiasi arte marziale o semplice appassionato alla materia.
- **Il corso è inserito nel** programma di formazione insegnanti della Federazione Italiana Wushu Sanda (FIWS) organizzazione affiliata ad Ente di Promozione Sportiva riconosciuta dal CONI.
- **Il percorso completo** è costituito da tre livelli: 1° anno titolo di Allenatore, 2° anno titolo di Aiuto Istruttore, 3° anno titolo di Istruttore.
- **Al termine di ogni anno** gli allievi sostengono un esame nell'ambito del multi stage estivo (luglio) a cura della Commissione d'esame della FIWS a superamento del quale viene rilasciato regolare Diploma ed accesso al livello successivo.
- **I requisiti richiesti** per accedere al corso sono: 18 anni compiuti e certificato medico per attività sportiva

**Docente sarà: Pandolfi Francesco, docente formatore di difesa personale iscritto all'Albo Nazionale, Maestro di arti marziali, esperto in scienze criminali, psicologia e criminologia, appartenente all'ANPS Assoc. Naz. Polizia di Stato, curatore di molti corsi di difesa personale.**

#### 2012 – 1° anno grado di Allenatore – Programma:

Sede svolgimento Corso	Date			
	I lezione	II lezione	III lezione	IV lezione
Varese (9 partecipanti)	30-31 marzo 2012	21-22 aprile 2012	19-20 maggio 2012	luglio 2012
Napoli (9 partecipanti)	28-29 gennaio 2012	24-25 marzo 2012	12-13 maggio 2012	luglio 2012
Quartu S. Elena (4 partec.)	21-22 gennaio 2012	18-19 febbraio 2012	29-30 aprile 2012	luglio 2012

- **Orari:** il sabato dalle 14:30 alle 18 :30, la domenica dalle 9:30 alle 12:30 e dalle 14:30 alle 16:30  
n.b.: gli orari e la sede di luglio saranno comunicati in seguito a cura della Fiws.
- **Contenuti:** - cenni storici sul metodo wing chun;  
- esercizi pratici in assolo per migliorare le tecniche difensive;  
- esercizi in coppia su attacchi e difese;  
- parte legale sulla legittima difesa art.52 del codice penale;  
- parte pratica di difesa personale: tecniche di non contatto, tecniche di contatto lotta a terra;  
- nozioni sulla psicologia dell'aggressione, distanza, cervello, circostanze;  
- difesa a mani nude contro armi bastoni e coltello.
- **Costo:** 1^ rata 150 euro entro il 31 dicembre 2011 alla FIWS (Federazione Italiana Wushu Sanda)  
2^ rata 150 euro (il 18 febbraio 2012 direttamente sul posto)  
Saldo 100 euro (il 29 aprile 2012 direttamente sul posto)  
Il costo totale è di 400.00 euro è comprensivo dell'esame finale federale, Diploma e Assicurazione annuale
- **Info e iscrizioni:** Pandolfi Francesco tel. 3381930001 email [accademiadikungfu@interfree.it](mailto:accademiadikungfu@interfree.it)  
[www.fiws.it](http://www.fiws.it) o [www.accademiadikungfu.it](http://www.accademiadikungfu.it)