



Real Federación Española  
de Karate y D.A.

[www.rfek.es](http://www.rfek.es)



**CIRCULAR : 3**

**“ I CURSO DE INSTRUCTOR  
EN GOSHIN 2019”  
- Técnicas de contención física, Okuri-Geiko  
( Nivel medio) y Tanto Geiko (Cuchillo)**

**CARACTERÍSTICAS**

Curso abierto a todos los practicantes de karate y Goshin, con la finalidad de formación y a todos los C. Negros de Karate con la finalidad de homologación ( quienes reúnan los requisitos)

**FECHA :**

23-24 de Febrero de 2019.

**LUGAR :**

Consejo Superior de deportes ( Ciudad Universitaria)  
Pabellón Central (pendiente de confirmación)

**HORARIOS :**

Sábado Mañana – De 10h. a 13 horas.  
Sábado Tarde – De 16h. a 19horas.  
Domingo Mañana - De 10h. a 13 horas.

**CRÉDITOS:**

El horario será de riguroso cumplimiento para poder acceder al diploma acreditativo de horas lectivas, con el que acceder a las titulaciones establecidas. Las tres jornadas computan por un total de 10 créditos.

**PROFESOR:**

José Luis Prieto Méndez – 8º Dan de Karate y 6º Dan de Goshin.  
Director del Departamento Nacional de Autodefensa.

**DESTINATARIOS:**

Todos los practicantes de Karate, Goshin y disciplinas asociadas a la R.F.E.K y D.A.

**INSCRIPCIONES:**

A través de las Federaciones Autonómicas de Karate antes del viernes 15 de Febrero de 2019.



Real Federación Española de  
Karate y D.A.

[www.rfek.es](http://www.rfek.es)



### CUOTA:

- **30 Euros.**
- **Licencia Federativa única** del año en curso.
- **Afiliación Nacional del Club actualizada 2019: 100 €**

### MATERIAL:

Keikogi ( chaqueta azul y pantalón blanco) y cuchillo rígido de entrenamiento

### NOTA:

No se permite la filmación del curso en video

### CONTENIDO DEL CURSO:

Sesión matinal del Sábado.

Bases teóricas – Autodefensa y autoconocimiento

Oase-Waza ( Técnicas de contención física/ inmovilización)

Necesaria cuando sea imprescindible preservar la integridad física del oponente)

Sesión de tarde del Sábado.

Bases teóricas – Sobre el contenido técnico

Okuri-Geiko ( Entreno consecutivo). Ejercicio de desarrollo de habilidades defensivas y contra-ofensivas en distancia corta

Sesión matinal del Domingo.

Bases teóricas – Sobre el contenido técnico

Tanto-Geiko ( Entreno de cuchillo). Tsukami-Geiko. Desarrollo de habilidades en el trabajo de cuchillo con prensión de muñeca.

Nota – Los contenidos del curso podrán ajustarse en función de las características o necesidades del grupo.

Madrid 11 de Enero de 2019



EL PRESIDENTE

ANTONIO MORENO MARQUEÑO

DESTINATARIOS: TODAS LAS FEDERACIONES AUTONOMICAS DE KARATE.



LaLiga con  
el Deporte  
Español



Miembro del  
**Comité Olímpico  
Español**

