

---

CIRCULAR Nº 07/2015  
Destinatarios: Clubes de FCMKDA

---

**ASUNTO: I CURSO TAI-JITSU 2015 – ESPECIALISTA EN AUTODEFENSA**

FECHA: **2 de mayo** de 2015

HORARIO: 10'00 a 15'00 horas (Jornada Intensiva)

LUGAR: OROPESA DE TOLEDO (Toledo)

Polideportivo Miguel Ángel Pascual Amor – Camino Torralba, s/n

CONSULTA EL PROGRAMA ADJUNTO

CUOTAS:

- UN CURSO CON TITULACIÓN \_\_\_\_\_ 20 €
- TRES CURSOS CON TITULACIÓN \_\_\_\_\_ 60 €
- RECICLAJE UN CURSO \_\_\_\_\_ 15 €
- RECICLAJE TRES CURSOS \_\_\_\_\_ 45 €
- Procedentes de otras Federaciones se añaden 20 € a la cuota que tramite.

CURSO Y RECLICLAJE **GRATUITO** PARA:

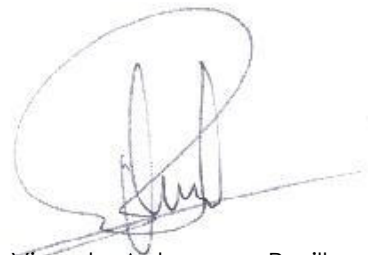
- Árbitros de FCMKDA en activo.
- Directores Técnicos de Clubes de la FCMKDA.
- Deportistas miembros de las selecciones Junior, Sub-21 y Senior de FCMKDA.

Necesaria licencia de cualquier disciplina en vigor

**INSCRIPCIONES:** El plazo de inscripción finaliza el **27 de abril**.

Las inscripciones (y pagos) serán tramitadas por los clubes a través del módulo de actividades del acceso telemático a clubes.

Deportistas provenientes de otras Federaciones deben ponerse en contacto con Secretaría.



12 de marzo de 2015 - Vicente Antequera Rosillo  
Director Departamento Tai-Jitsu FCMKDA



## NOTA

Recientemente nos comunicaron desde la Real Federación Española de Karate y D.A. la imposibilidad de hacer referencia al término "**Defensa Personal**" dentro de nuestras funciones, actividades y titulaciones. Ello es debido a que la disciplina de Defensa Personal se encuadra deportivamente dentro de otra Federación y es por ello que debemos sustituir este término por el de "**Autodefensa**".

Debido a que ambas referencias se refieren al mismo concepto, no tiene mayor repercusión que la de utilizar desde este momento la correcta. No obstante aquel federado que prefiera que su titulación pasada le sea expedida de nuevo haciendo mención a "Autodefensa" puede solicitarlo en Secretaría.

12 de marzo de 2015

Laura Gil Jiménez - Secretaria General FCMKDA

FEDERACIÓN CASTILLA LA MANCHA DE KARATE Y DD.AA.

12º Programa y  
1º curso de Tai-Jitsu 2015

Convocado por la Federación Castilla la Mancha de Karate y D.A. A través de su departamento Regional.

PROFESOR

Vicente Antequera Rosillo

# 1º CURSO DE TAI-JITSU 2015

**ASUNTO:** 1º CURSO DE TAI-JITSU DE LA FEDERACIÓN DE CASTILLA-LA MANCHA DE KARATE

**DENOMINACIÓN** - ESPECIALISTA EN AUTODEFENSA

**FECHA** - 2 DE MAYO 2015

**HORARIO:** JORNADA INTENSIVA DE 10 A 15 HORAS

**LUGAR** - OROPESA DE TOLEDO. POLIDEPORTIVO MIGUEL ANGEL PASCUAL AMOR  
CAMINO TORRALBA S/N. OROPESA DE TOLEDO

**PROFESOR** - VICENTE ANTEQUERA ROSILLO - 7º DAN DE KARATE Y 4º DAN DE TAI -JITSU  
DIRECTOR NACIONAL DEL DEPARTAMENTO DE TAI-JITSU, INSTRUCTOR NACIONAL DE DEFENSA  
PERSONAL.

**ASISTENTE** - JOSE RAMON JIMENEZ CASTELLANOS - 4º DAN DE KARATE Y 2º DE TAI-JITSU

**DESTINATARIOS** - TODOS AQUELLOS AFILIADOS A LA FEDERACIÓN CASTILLA LA MANCHA DE  
KARATE EN CUALQUIERA DE SUS DISCIPLINAS Y TITULADOS EN LOS CURSOS ANTERIORES,  
ASÍ COMO CUALQUIER INTERESADO SIEMPRE QUE CUMPLA CON LOS REQUISITOS EXIGIDOS.

**REQUISITOS** - ESTAR EN POSESIÓN DEL GRADO DE CINTURÓN NEGRO 1º DAN DE KARATE O  
EQUIVALENTE EN CUALQUIER DISCIPLINA MARCIAL, REGISTRADO EN LA BASE DE DATOS DE  
LA FCMK PARA LA TITULACIÓN DE PROFESOR. CON OTRO GRADO INFERIOR RECIBIRÁ SOLO EL  
DIPLOMA DE ESPECIALISTA EN AUTODEFENSA.

ESTAR EN POSESIÓN DE LA LICENCIA REGIONAL EN CUALQUIER DISCIPLINA DE LA FCMK

**OBJETIVOS** - ACCESO A LA TITULACIÓN DE PROFESOR DE AUTODEFENSA CON LA  
REALIZACIÓN DE TRES CURSOS O NIVELES ESTABLECIDOS PARA ELLO.

RECICLAJE PARA LOS YA TITULADOS.

OBTENCIÓN DEL 1º DAN DE TAI-JITSU F.E.K, DESPUÉS DE REALIZAR EL PROGRAMA  
COMPLETO Y LA REALIZACIÓN DEL EXAMEN CORRESPONDIENTE (SIEMPRE QUE SE CUMPLAN LOS  
REQUISITOS EXIGIDOS).

CONOCER A FONDO Y CON PROPIEDAD LAS TÉCNICAS DE CORTA DISTANCIA COMO SON: ATE  
WAZA, KANSETSU WAZA, NAGE WAZA, SHIME WAZA, SUTEMI WAZA, ETC.

**NOTA:** A ESTE CURSO ESTÁN INVITADOS LOS ÁRBITROS ACTUALIZADOS DE CASTILLA  
LA MANCHA ASI COMO EL PROFESOR TITULAR DE CADA CLUB FEDERADO Y MIEMBROS  
DE LA SELECCIÓN CADETE, JUNIOR Y SENIOR.

## CONTENIDOS TÉCNICOS DE LOS CURSOS:

### KIHON DE BASE:

- UKEMI WAZA, Caídas rodando.
- KAMAE WAZA, Guardias.
- TACHI WAZA, Posiciones.
- TAI SABAKIS, Esquivas.
- UKE HARAI WAZA, Defensas cogiendo.
- ATE WAZA, Técnicas de atemi.

### KIHON FUNDAMENTAL:

- KANSENSU WAZA, Luxaciones.
- NAGE WAZA, Proyecciones.
- SHIME WAZA, Estrangulaciones.
- KATAME WAZA, Inmovilizaciones.

### AGARRES FUNDAMENTALES. (24 TÉCNICAS):

- ATEMI, 8 Técnicas.
- LUXACIÓN, 8 Técnicas.
- PROYECCIÓN, 8 Técnicas.

### KATA:

- KATA DE BASE
- KATA FUNDAMENTAL
- KATAS SUPERIORES.

### APLICACIONES INTEGRALES ANTE DIFERENTES ATAQUES:

- CONTRA AGARRES DE FRENTE.
- CONTRA ATAQUES DE FRENTE.
- CONTRA AGARRES LATERALES.
- CONTRA AGARRES POR DETRÁS.
- TRABAJO EN EL SUELO.
- CONTRA ARMAS.