



CORSO ISTRUTTORI LIVELLO BASE

METODO CSAM - JKD KALI SILAT



CSAM

Centro Studi Arti Marziali Arena Maurizio

- 40 ORE DI FORMAZIONE CON LA DIREZIONE TECNICA CSAM
- RILASCIO DI 2 DIPLOMI (ACCADEMICO E EPS LIBERTAS)
- PRIMA DATA **08-09 OTTOBRE 2022** FORMAZIONE NAZIONALE

Per ulteriori informazioni 3396397605 sul corso vai sul sito www.csamacademy.it

C.S.A.M.

Centro Studi Arti Marziali Arena Maurizio

**CORSO NAZIONALE
ISTRUTTORI LIVELLO BASE**

2022

**METODO C.S.A.M
JKD KALI SILAT**

13 PUNTI



1) Cos'è l'Academy?

2) Il nostro metodo

3) Il progetto Csam Academy

4) I nostri livelli corso istruttore

5) Il goal dell'Academy

5) La struttura del corso

6) Corso Istruttori base

7) A chi è rivolto ?

8) Dove si svolge ?

9) Come partecipare ?

10) Quanto costa ?

11) Programma di studio corso base

12) Parte teorica nella difesa personale

Per ulteriori informazioni 3396397605 vai sul sito www.csamacademy.it

COS'È CSAM ACADEMY ?

- L' A.S.D Centro Studi Arti Marziali nasce dal desiderio del maestro Maurizio Arena di condividere con gli allievi un percorso di studio delle arti marziali completo sia dal punto di vista teorico che pratico. Gli istruttori delle varie discipline si dedicano al loro insegnamento prestando attenzione alle esigenze, alle caratteristiche fisiche, alle potenzialità e alle capacità di apprendimento degli allievi. L' A.S.D. C.S.A.M nelle varie palestre ha uno staff di istruttori qualificati riconosciuti dal CONI e dagli E.P.S. attenti alle vostre esigenze, troverete un ambiente nel quale potrete apprendere le discipline marziali del sud-est asiatico: Silat, Kali Escrima, Jeet Kune Do Concepts il karate Shotokan e la difesa personale.



IL NOSTRO METODO

- Il metodo csam è una combinazione di vari stili : jun fan gung fu /Jeet -kune do /Arnis Kali Escrima /Muay-thai e Pencak /silat. Consiste in un programma completo che permette di avere un visione a 360 gradi delle diverse arti marziali, conferendo una preparazione al confronto armato e a mani nude, passando attraverso diverse filosofie e mentalità , nonché approcci didattici fondati su principi e tecniche trasversali. Tutto ciò prediligendo lo studio di tecniche semplici, dirette e veloci finalizzate ad essere eseguite in un contesto reale .



PROGETTO : CSAM ACADEMY

- Per coloro che aspirano a diventare un istruttore il METODO CSAM prevede il programma JKD KALI SILAT per cui è necessario :
- frequentare tutti i corsi di formazione e partecipare ad un aggiornamento annuale
- sostenere gli ESAMI pratici che vengono effettuati 1 volta l'anno per ottenere la qualifica di ISTRUTTORE BASE ; con la possibilità di poter proseguire il corso fino al 3 ANNO di formazione (svolgendo anche i successivi due livelli) per l'acquisizione della qualifica di ISTRUTTORE avanzato.
- acquisizione della qualifica di istruttore avanzato rilasciato dall' EPS LIBERTAS riconosciuta dal Coni e il Diploma Accademico di Associate INSTRUCTOR 1 LIVELLO



I NOSTRI LIVELLI DI ISTRUTTORE METODO CSAM JKD KALI SILAT

- La formazione prevista dal corso si articola su tre livelli di qualifiche :
- **Istruttore base 40 ore** di formazione 36 ore con la d.tecnica csam in presenza + 4 ore on line
- **Istruttore intermedio 65 ore** di formazione 60 ore con d.tecnica csam in presenza + 5 ore on line
- **Istruttore avanzato 85 ore** di formazione 80 ore con la d.tecnica csam in presenza + 5 ore on line





IL GOAL DELL'ACADEMY

- Obiettivo e finalità:
- I requisiti dell'atleta



- Le fasi del processo cognitivo



LA STRUTTURA DEL CORSO

- Corso istruttori METODO CSAM (JKD KALI SILAT) livello base:
- La strategia dell'Associazione Csam è quella di formare istruttori suddividendo la preparazione su tre livelli di studio, al fine di consentire la possibilità di memorizzare il programma del jeet-kune do, del kali/escrima e del pencak silat , intraprendendo lo studio di queste affascinanti discipline affiancandolo al riconoscimento della professionalità di un metodo di insegnamento e di formazione elaborato in più trent' anni di esperienza.



CORSO ISTRUTTORE BASE METODO CSAM JKD KALI SILAT

- La formazione prevede 3 incontri con cadenza mensile, ciascuno dei quali di 14 ore di studio, per un totale di 36 ore in presenza più 4 ore on line seguito da un esame finale , al superamento del quale verranno rilasciati 2 diplomi:
- accademico di apprentice instructor 1° livello
- la qualifica di istruttore base metodo csam rilasciato EPS LIBERTAS con abilitazione all'insegnamento del programma base metodo csam (jkd kali silat)



A CHI SI RIVOLGE

- Il corso si dirige a tutti i praticanti di qualsiasi arte marziale o sport da combattimento dal grado nero o dalla qualifica di tecnico .
- Requisiti per la partecipazione :
 - Avere già il titolo di istruttore o avere almeno cintura nera di qualsiasi disciplina marziale
 - avere compiuto 21 anni di età
 - non essere pregiudicato
 - avere inviato il curriculum e superato i requisiti per la partecipazione richiesti dalla csam
 - avere un incontro conoscitivo con LA DIREZIONE TECNICA





QUANDO E DOVE SI SVOLGE ?

CORSO NAZIONALE ISTRUTTORI LIVELLO BASE METODO CSAM JKD KALI SILAT

- **OTTOBRE PRIMA DATA**

Sabato 08 dalle 9.00 alle 17.00 Domenica 09 dalle 9.00 alle 15.00

- **NOVEMBRE SECONDA DATA**

Sabato 19 dalle 9.00 alle 17.00 Domenica 20 dalle 9.00 alle 15.00

- **DICEMBRE TERZA DATA**

Sabato 10 dalle 9.00 alle 17.00 con esame finale

36 ore di corso di formazione in presenza più 4 ore on line
con rilascio di attestato per l'insegnamento del metodo CSAM

Presso la struttura Palestra IIS Carlo Urbani
via di Saponara 760 Acilia ROMA

COME PARTECIPARE

- **modalità di partecipazione** inviare il curriculum vitae , curriculum marziale a info maurizio.arenakali@libero.it
- Tramite sito www.csamacademy.it
- **e aspettare la risposta della commissione tecnica**
- **dove verrà comunicata la procedura ammissione al corso e le procedure di pagamento**



QUANTO COSTA

- Il costo del corso istruttori libello base è di 280,00

Comprende :

- Iscrizione assicurativa EPS
- Tessera associativa
- Programma tecnico base per l'anno in corso
- Maglia associativa
- Diploma accademico
- Qualifica EPS LIBERTAS
- Inserimento nel sito album istruttori CSAM



* **Programma tecnico di studio** **corso base**

Fondamentali del footwork Posizioni Movimenti uscite

Studio sulle tre distanze di combattimento lunga media corta (boxe trapping grappling)

studio sul concetto di intercettazione secondo i principi del jkd

Tecniche di attacco e difesa arti superiori

Tecniche di attacco e difesa con gli arti inferiori

Tecniche di attacco e difesa gunting

Esercizi propedeutici sulle 5 leve



Esercizi di sensibilità trapping e contro trapping

Esercizi ciclici (lubad lubad - tapi tapi punyo sumbrada)

Fondamentali sull' utilizzo del bastone singolo sui 12 angoli di attacco e difesa

Studio sui fondamentali sull'utilizzo del doppio bastone (abecedario sinewali sumbrata lubad lubad larga mano

Tecniche di disarmo con il bastone e a mani nude

Tecniche per lo studio degli angoli di attacco e impugnatura del coltello

Tecniche di minaccia e attacco con il coltello





Primo drill - knife reverse gripp / Primo drill - karambit

Studio dei Fondamentali sul Grappling chiusure passaggi di guardia **position mount**

Tecniche di immobilizzazione degli arti superiori e inferiori

PROGRAMMA STUDIO TEORICO NELLA DIFESA PERSONALE

Concetto linee di attacco

Analisi del contesto

Gestione e psicologia del confronto

Studio ambientale

Effetti sotto stress in una situazione di pericolo

Capitale umano

Atteggiamenti da effetti sotto droghe alcol

Gestione della sicurezza contro armi da taglio

