



AULA DE FORMACIÓN PERMANENTE (AFP) para el Pase de Grados y ACTUALIZACIÓN de WUSHU



Se convocan para la temporada 2018-2019 los cursos de ACTUALIZACIÓN y AULA DE FORMACIÓN PERMANENTE de Wushu para el pase de grados con el objetivo de potenciar su desarrollo.

Son un total de 14 cursos teórico-prácticos repartidos en 6 meses con un desarrollo de 3 horas cada uno de ellos.

Todos los deportistas, a partir de cinturón marrón, negro 1º Dan y 2º Dan podrán acceder a un grado superior (máximo 3º Dan) por la vía de créditos formativos y para ello tendrán que haber superado los 6 cursos del AULA DE FORMACIÓN PERMANENTE para el 1º Dan, 8 cursos para 2º Dan y 12 para obtener el 3º Dan.

Los tiempos de permanencia y créditos que se han realizar como mínimo son:

Dan	Tiempo mínimo de permanencia en grado anterior	Nº mínimo de cursos AFP a realizar (3 horas c/u)	Licencias
PARA 1º DAN	1 AÑO DE MARRÓN	6	3 consecutivas ó 5 alternas
PARA 2º DAN	2 AÑOS DE 1º DAN	8	2 de 1º DAN
PARA 3º DAN	3 AÑOS DE 2º DAN	12	3 de 2º DAN

- Para llevar a cabo la convocatoria tiene que haber un mínimo de 15 alumnos/profesores inscritos en el plazo establecido y haber abonado la cuota de 22€ por curso (dos jornadas).
- Todos los profesores y árbitros con la licencia y colegiación en vigor disfrutarán de una bonificación del 50% en la cuota de inscripción.
- Para empezar a realizar los cursos, se deberá tener tramitada la documentación de cinturón negro y pagada las tasas del examen.



PATROCINADOR OFICIAL DE LA FEDERACIÓN MADRILEÑA DE JUDO

C/ Ciudad de Frías, 16 - Nave 2 MADRID 28021 - ESPAÑA
Teléfono: (0034) 913 182 205 | Fax: (0034) 917 983 168
E-Mail: info@nklbudo.es | Web: <http://www.noris.es>





CIRCULAR N° 119 DE FECHA 10 DE SEPTIEMBRE DE 2018

ASUNTO: AULA DE FORMACIÓN PERMANENTE (AFP-PASE DE GRADO Y ACTUALIZACIÓN DE WUSHU)

Se convocan para esta temporada 2018-2019 los cursos de AULA DE FORMACIÓN PERMANENTE de Wu shu para el pase de grados, con el objetivo de potenciar su desarrollo. Son un total de 14 cursos teórico-prácticos repartidos en 6 meses y se realizarán dos cursos por jornada, con un desarrollo de 3 horas cada uno de ellos.

Todos los deportistas, a partir de cinturón marrón, podrán acceder a un grado superior (solo aplicable hasta 3º dan de Wushu) por la vía de créditos formativos y para ello, tendrán que haber superado los cursos del AULA DE FORMACIÓN PERMANENTE para el Pase de Grados que se indican más abajo. En ellos podrán participar todos los deportistas de Wu Shu de cualquier Autonomía que cumpla con los requisitos abajo expuestos.

LUGAR: Pabellón Múltiple (Aula) y Pabellón Exterior del C.S.D. Sala de Judo - Avda. de Martín Fierro s/nº (Madrid).

FECHA Y HORARIO: sábado 6 de octubre de 10:00 a 13:00 horas y de 16:00 a 19:00 horas.

Las clases Teóricas se realizarán en Aula y las prácticas serán en el Tatami.

PARTICIPANTES: Podrán participar todos los cinturones marrones, los primeros y segundos danes que quieran pasar de grado por el sistema de créditos y los cinturones negros que deseen actualizarse. Aquellos deportistas que pertenezcan a otras federaciones autonómicas deberán enviar al inscribirse el visto bueno a su Federación. Los menores de edad aportarán documento de autorización paterna, materna ó del tutor legal.

CUOTA DE INSCRIPCIÓN: 22 € por cada jornada de tres horas (1/4 de crédito/presencial). El pago se realizará en nuestras oficinas mediante tarjeta de crédito ó cheque ó bien por transferencia bancaria en las cuentas de la FMJYDA:

IBERCAJA: ES81 2085 8024 93 0330098221 **SABADELL:** ES58 0081 5561 030001519958

Rogamos encarecidamente que se adjunte el justificante de pago junto a la hoja de inscripción en tiempo y forma.

Todos los profesores, árbitros y voluntarios de la FMJYDA con licencia y colegiación en vigor de la temporada 2017-2018, tendrán una bonificación y abonarán por la jornada de 3 horas **11 €** en la cuota de inscripción.

INSCRIPCIONES: Hasta el miércoles **3 de octubre**, enviando el justificante de pago (en el que aparezca el nombre de la persona que se inscribe) junto con la hoja de inscripción (firmada por el Profesor) y el visto bueno de su federación (en el caso de deportistas de otras federaciones territoriales), al fax: 91 616.69.59 ó al correo electrónico:

escuela@fmjudo.net Para llevar a cabo la convocatoria tiene que haber **un mínimo de 15 alumnos / profesores**

inscritos. Inscripción: <https://www.fmjudo.es/index.php/escuela-federativa/gradosmenu/cursos-tecnificacion>

No serán admitidas las inscripciones incompletas ó que se reciban fuera de plazo.

REQUISITOS Y DOCUMENTACIÓN: Todos los asistentes deberán presentar su Documento Deportivo con la licencia en vigor de la presente temporada 2018-2019, o enviada a esta FMJYDA para su trámite (junto el anexo I de autorización de datos e imágenes cumplimentado y firmado) antes de terminar el plazo de inscripción.

- **Todos los candidatos deberán tener tramitada previamente en la federación la documentación y abonada la matrícula para cinturón negro**, los que opten a 1º dan deberán tener cumplidos los 15 años en el momento de realizar la prueba de pase de grado.
- **El Club al que pertenece el aspirante deberá tener abonada la cuota nacional de afiliación para la presente temporada, además de estar debidamente colegiado y actualizado su Profesor.**

Tiempo mínimo	Dan	Nº mínimo de cursos AFP a realizar (4 horas c/u)	Licencias
1 años de marrón	Para 1º	6	3 seguidas o 5 alternas
2 años de 1º dan	Para 2º	8	Dos licencias de 1º dan.
3 años de 2º dan	Para 3º	12	Tres licencias de 2º dan



PATROCINADOR OFICIAL DE LA FEDERACIÓN MADRILEÑA DE JUDO

C/ Ciudad de Frías, 16 - Nave 2 MADRID 28021 - ESPAÑA
Teléfono: (0034) 913 182 205 | Fax: (0034) 917 983 168
E-Mail: info@nklbudo.es | Web: <http://www.noris.es>





AULA DE FORMACIÓN PERMANENTE Y ACTUALIZACIÓN DE WUSHU 18/19

AULA TEÓRICA 1	6/10/2018 mañana	Profesor: Javier Herráiz / Ángel Bedia
MERIDIANOS Y PUNTOS VULNERABLES		
CLASE PRÁCTICA 1		3 HORAS
APLICACIONES PRÁCTICAS DE LOS PUNTOS VULNERABLES		

AULA TEÓRICA 2	6/10/2018 tarde	Profesor: Javier Herráiz
QIGONG. TEORÍA Y FUNDAMENTOS		
CLASE PRÁCTICA 2		3 HORAS
MOVIMIENTOS DE QIGONG		

AULA TEÓRICA 3	3/11/2018 mañana	Profesor: J.C. Serrato
TUISHOU		
CLASE PRÁCTICA 3		3 HORAS
Técnicas básicas de empuje de manos. La sensibilidad y su concentración general		

AULA TEÓRICA 4	3/11/2018 tarde	Profesor: Javier Herráiz
WUSHU TRADICIONAL. Resumen general de estilos y contenido		
CLASE PRÁCTICA 4		3 HORAS
TÉCNICAS BÁSICAS DEL BOXEO DEL SUR: NANQUAN		

AULA TEÓRICA 5	1/12/2018 mañana	Profesor: J.C. Serrato
QINNA DEL TAIJI QUAN		
CLASE PRÁCTICA 5		3 HORAS
Técnicas de captura de manos en el Taiji Quan neutralizando la articulación.		

AULA TEÓRICA 6	1/12/2018 tarde	Profesor: Javier Herráiz
ARMAS DE WUSHU		
CLASE PRÁCTICA 6		3 HORAS
TÉCNICAS BÁSICAS DEL PALO Y LANZA DE NORTE. GUNSHU / QIANSHU		

AULA TEÓRICA 7	2/02/19 mañana	Profesor: Javier Herráiz / Rosa Rojo
TAIJI: HISTORIA, EVOLUCIÓN Y ESTILOS		
CLASE PRÁCTICA 7		3 HORAS
TAIJI: PASO VACÍO, POSICIONES BÁSICAS.		



PATROCINADOR OFICIAL DE LA FEDERACIÓN MADRILEÑA DE JUDO

C/ Ciudad de Frías, 16 - Nave 2 MADRID 28021 - ESPAÑA
Teléfono: (0034) 913 182 205 | Fax: (0034) 917 983 168
E-Mail: info@nklbudo.es | Web: <http://www.noris.es>





AULA TEÓRICA 8	2/02/19 tarde	Profesor: Javier Herráiz / Rosa Rojo
HISTORIA DEL WUSHU hasta nuestros días		
ESQUEMA DE ESTILOS hasta la fecha.		
CLASE PRÁCTICA 8		3 HORAS
METODOLOGÍA DEL ENTRENAMIENTO: CLASE TIPO DE WUSHU.		

AULA TEÓRICA 9	2/03/19 mañana	Profesor: Rafael Casala / Rosa Rojo
SANDA Y QINDA : REGLAMENTACIÓN		
CLASE PRÁCTICA 9		3 HORAS
TÉCNICAS BÁSICAS DE SANDA Y QINGDA		

AULA TEÓRICA 10	2/03/19 tarde	Profesor: Juan Pérez
ARBITRAJE. PROTOCOLO Y NORMATIVA		
CLASE PRÁCTICA 10		3 HORAS
ÁRBITRO: SALIDA A TAPIZ, ACTITUD, PROTOCOLO, IMAGEN.		

AULA TEÓRICA 11	6/04/2019 mañana	Profesor: Javier Herráiz / Rosa Rojo
WUSHU INTERNO - WUSHU EXTERNO		
CLASE PRÁCTICA 11		3 HORAS
TÉCNICAS BÁSICAS DEL SABLE Y ESPADA DEL NORTE. DAOSHU / JIANSHU		

AULA TEÓRICA 12	6/04/2019 tarde	Profesor: Javier Herráiz / Rosa Rojo
METODOLOGÍA DEL ENTRENAMIENTO		
FATIGA, SISTEMAS ENERGÉTICOS, NUTRICIÓN... EN EL WUSHU DE COMPETICIÓN		
CLASE PRÁCTICA 12		3 HORAS
TÉCNICAS BÁSICAS DEL PALO Y SABLE DEL SUR. NANDAO / NANGUN		

AULA TEÓRICA 13	4/05/2019 mañana	Profesor: Javier Herráiz / Rosa Rojo
QINNA.		
CLASE PRÁCTICA 13		3 HORAS
QINNA (DEFENSA PERSONAL). Principales técnicas		

AULA TEÓRICA 14	4/05/2019 tarde	Profesor: Javier Herráiz / Rosa Rojo
CARACTERÍSTICAS BÁSICAS DEL BOXEO DEL NORTE: CHANQUAN		
CLASE PRÁCTICA 14		3 HORAS
TÉCNICAS BÁSICAS DEL BOXEO DEL NORTE: CHANQUAN		

