



# **ESCOLA DE KARATE-DO DO BRASIL**

## **1º Seminário R+3K da Escola de Karate-Do do Brasil Informações**

**Dados da Publicação**

Título: 1º Seminário R+3K da Escola de Karate-Do do Brasil.

Subtítulo: Reigi + Kihon + Kata + Kumite = Karate-Do.

Edição 01. São Paulo, 09 de abril de 2018

Autor: Ennio Vezzuli

Impresso em 28/05/2018 às 11:09 h

**Copyrights © 2018 – Direitos Autorais**

Todos os Direitos Reservados: É proibida a reprodução total ou parcial de qualquer forma ou por qualquer meio. A violação dos direitos de autor — Lei 9.610/98 — é crime estabelecido pelo artigo 184 do Código Penal.

**Escola de Karate-Do do Brasil**

Rua Camundó, 140 — 04071-070, São Paulo, SP, Brasil

[escoladekaratedodobrasil.com.br](http://escoladekaratedodobrasil.com.br)

[Info@escoladekaratedodobrasil.com.br](mailto:Info@escoladekaratedodobrasil.com.br)

---

# SUMÁRIO

<b>SUMÁRIO</b> .....	<b>3</b>
<b>INFORMAÇÕES DO EVENTO</b> .....	<b>4</b>
<b>1. TÍTULO DO CURSO</b> .....	<b>4</b>
1.1. Título.....	4
1.2. Subtítulo.....	4
<b>2. DADOS DO MINISTRANTE</b> .....	<b>4</b>
2.1. 1º Ministrante .....	4
2.2. 2º Ministrante .....	5
2.3. 3º Ministrante .....	5
<b>3. OBJETIVOS</b> .....	<b>6</b>
<b>4. CONTEÚDO E PROGRAMA</b> .....	<b>6</b>
4.1. Conteúdo.....	6
4.2. Programa.....	7
<b>5. ESTRUTURA</b> .....	<b>8</b>
5.1. Duração.....	8
5.2. Periodicidade.....	9
5.3. Carga Horária.....	9
5.4. Estrutura.....	9
5.5. Material Didático .....	9
5.6. Certificação.....	9
<b>6. LOCAIS E DATAS</b> .....	<b>9</b>
<b>7. PÚBLICO ALVO</b> .....	<b>9</b>
<b>8. PRÉ-REQUISITOS</b> .....	<b>10</b>
8.1. Outros Requisitos.....	10
<b>9. BENEFÍCIOS</b> .....	<b>10</b>
<b>10. INSCRIÇÕES</b> .....	<b>11</b>
10.1. Quantidades de Vagas.....	11
10.2. Valor do Investimento Pessoal .....	11
10.2.1. Bonificação.....	11
10.2.2. Forma de Pagamento .....	11
10.3. Data final para as Inscrições .....	11
10.4. Documentos e Procedimentos para a Inscrição .....	11
<b>11. MATERIAIS NECESSÁRIOS PARA OS PARTICIPANTES</b> .....	<b>12</b>
<b>12. MAIS INFORMAÇÕES E “ALTERAÇÕES DE ÚLTIMA HORA”</b> .....	<b>12</b>

# INFORMAÇÕES DO EVENTO

## 1. TÍTULO DO CURSO

### 1.1. Título

1º Seminário R+3K da Escola de Karate-Do do Brasil.

### 1.2. Subtítulo

Reigi + Kihon + Kata + Kumite = Karate-Do.

## 2. DADOS DO MINISTRANTE

### 2.1. 1º Ministrante

**Nome:**

Ennio Vezzuli

**Graduação:**

7o. Grau de Karate-Do, FPK/CBK.

**Principais Dados Curriculares:**

- Instrutor Formado pela Nihon Karate Kyokai (NKK) do Brasil em 1974;
- Estágio no Treinamento de Instrutores (Shido-in-Gueiko) da Nihon Karate Kyokai em Tóquio, Japão de 1977 a 1979;
- Ex-Técnico da Seleção Paulista de Karate — Federação Paulista de Karate (FPK);
- Ex-Técnico da Seleção Brasileira de Karate — Confederação Brasileira de Karate (CBK);
- Instrutor Chefe da Federação Paulista de Karate. Responsável pelo Departamento de Instrução e Prática (DIP);
- Instrutor Chefe da Escola de Karate-Do do Brasil.

**Contato:**

[evezzuli@escoladekaratedodobrasil.com.br](mailto:evezzuli@escoladekaratedodobrasil.com.br)

---

## 2.2. 2º Ministrante

**Nome:**

José Gilmar Janini

**Graduação:**

5º Grau de Karate-Do, FPK/CBK.

**Principais Dados Curriculares:**

- Instrutor Formado pela Escola de Karate Do do Brasil em 2013;
- Ex-Técnico da Seleção Paulista de Karate — Federação Paulista de Karate (FPK);

**Contato:**

E-mail: [jgianini@gmail.com](mailto:jgianini@gmail.com)

## 2.3. 3º Ministrante

**Nome:**

Jurandir Ferreira de Andrade.

**Graduação:**

5º Grau de Karate-Do, FPK/CBK.

**Principais Dados Curriculares:**

- Instrutor Formado pela Escola de Karate Do do Brasil em 2017;
- Graduado em Educação Física;
- Pós Graduado em Fisiologia do Exercício e Treinamento Resistido pela Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo;
- Ex-atleta da seleção Brasileira de Karate;
- Responsável pelo ensino de Karate Do aos Acadêmicos e Médicos da Faculdade de Medicina da USP.

**Contato:**

E-mail: [jurandirandrade@uol.com.br](mailto:jurandirandrade@uol.com.br)

---

### 3. OBJETIVOS

O Seminário da Escola tem por objetivos ensinamentos teóricos e práticos que se revertam em melhorias no Karate-Do e na Vida Cotidiana do Praticante abrangendo os seguintes temas:

1. **Reigi: a Conduta e Atitude do Karate-Do** como roteiro para a Vida Cotidiana por meio da Sabedoria da Tradição e da Cultura do Budo e Karate-Do;
2. **Técnicas e Táticas** aplicadas ao Goshin e às Competições;
3. **Didática:** Apresentar Revisões, Novos Métodos e Melhorias de Treinamento;
4. **Integração e Sociabilização:** dos Instrutores Afiliados à Escola, seus Alunos e Convidados em prol do desenvolvimento do Karate-Do.

### 4. CONTEÚDO E PROGRAMA

#### 4.1. Conteúdo

<b>Módulo</b>	<b>Temas Título e Subtítulo</b>	<b>Instrutores Ministrantes</b>
Palestra	<b>Conduta e Atitude – O que é o Karate-Do.</b> Reigi: A Conduta e Atitude do Karate-Do como roteiro para a Vida Cotidiana por meio da Sabedoria da Tradição e Cultura do Budo e Karate-Do. (Quem Somos e FAQs).	Ennio Vezzuli
Módulo 1	<b>Unsoku – Fundamentos e Táticas de Luta.</b> Movimentação Fundamental e Tática.	Ennio Vezzuli
Módulo 2	<b>Kata – Os Construtores da Conduta, Atitude e Forma do Karate-Do.</b> Heian Shodan e Heian Sandan.	Jurandir Ferreira de Andrade
Módulo 3	<b>A Progressão no Kumite – do Kihon-Ippon-Kumite para o Kiri-Kaeshi-Kumite.</b> Fundamentos e Conceitos para a Efetividade na Defesa Pessoal, Jiu-Kumite e Competição (Shiai-Kumite).	José Gilmar Janini

## 4.2. Programa

HORÁRIO	ATIVIDADE
08:00	<p><b>Preliminares</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>. <b>Previamente Inscritos:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>.. Recepção e Conferência dos Documentos;</li> <li>.. Recebimentos;</li> <li>.. Assinar Lista de Presença;</li> </ul> </li> <li>. <b>Inscrições de última hora (sujeito a vagas disponíveis):</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>.. Recebimentos;</li> <li>.. Assinar Lista de Presença;</li> </ul> </li> <li>. <b>Esclarecimento de Dúvidas.</b></li> </ul>
	Distribuição do Material Didático.
	<p><b>AVISOS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>. <b>Participantes:</b> Todos.</li> <li>. <b>AVISO 1:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>.. <b>Resumo da Conduta Esperada:</b></li> <li>.. <b>Ministrante:</b> Diretor do Evento e outros Instrutores.</li> </ul> </li> <li>. <b>AVISO 2</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>.. <b>Os Objetivos do Seminário e a sua Estrutura e a necessidade de um Plano Pós Treino;</b></li> <li>.. <b>Agradecimentos.</b></li> <li>.. <b>Ministrante:</b> Ennio Vezzuli.</li> </ul> </li> </ul>
09:00	<p><b>Início da 1ª Parte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>. Seiza;</li> <li>. Mokuso;</li> <li>. Rei.</li> </ul>
9:10-9:55	<p><b>Palestra</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>. <b>Participantes:</b> Todos.</li> <li>. <b>Tema:</b> Reigi: A Conduta e Atitude – O que é o Karate-Do.</li> <li>. <b>Objetivos:</b> Veja o tópico “3. Objetivos”.</li> <li>. <b>Ministrante:</b> Prof Ennio Vezzuli.</li> </ul>
	Não há intervalo.
9:55-10:10	<p><b>Aquecimento</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>. <b>Participantes:</b> Todos.</li> </ul>

<b>HORÁRIO</b>	<b>ATIVIDADE</b>
	Divisão dos participantes em 3 Grupos.
<b>10:15</b>	<b>Início da 2ª Parte – Prática, 1º Rodízio</b> . <b>Participantes:</b> Distribuição dos Grupos por Módulo/Áreas de Prática.
11:30	1º Intervalo/Descanso
<b>11:45</b>	<b>Início da 3ª Parte – Prática, 2º Rodízio</b> . <b>Participantes:</b> Rodízio dos Grupos por Módulo/Áreas de Prática.
13:00	2º Intervalo/Descanso.
<b>13:15-14:30</b>	<b>Início da 4ª Parte – Prática, 3º Rodízio (Último)</b> . <b>Participantes:</b> Rodízio dos Grupos por Módulo/Áreas de Prática.
<b>14:30-14:50</b>	<b>Seção de Perguntas</b> . <b>Participantes:</b> Todos. . Determine o Instrutor que responderá. . Palavra dos Instrutores.
14:50-15:00	Relaxamento Final;
<b>15:00-15:10</b>	<b>Encerramento da Aula/Treino da Manhã</b> . <b>Participantes:</b> Todos. . Seiza; . Mokuso; . Rei.
<b>15:10</b>	<b>Entrega dos Certificados e Fotos</b>
Sequência	<b>Seção de Fotos e Filmagem</b>
<b>Sequência</b>	<b>Limpeza do Dojo/Instalações do Evento</b>
15:20	Fim do Seminário.
16:00	Fim da Jornada.

## 5. ESTRUTURA

### 5.1. Duração

1 dia, 7:00 horas, dividida em módulos de 1:15 horas com descansos de 10 a 15 minutos;



## 5.2. Periodicidade

Semestral: Alternadamente na cidade de São Paulo e no interior do Estado de São Paulo.

## 5.3. Carga Horária

7:00 horas.

## 5.4. Estrutura

Nada consta.

## 5.5. Material Didático

Não haverá material disponível.

## 5.6. Certificação

Certificado com carga horária será fornecido aos que participarem no evento todo.

## 6. LOCAIS E DATAS

### Local:

Associação Atlética Acadêmica Oswaldo Cruz.

R. Artur de Azevedo, 01 - Cerqueira César, São Paulo - SP.

### Data:

10/06/2016, Domingo.

### Horário:

Das 9:00 às 16:00 h.

Horário de Apresentação: Até às 8:00 h.

## 7. PÚBLICO ALVO

1. Instrutores e Karate-Kas interessados em Reafirmar e Aprofundar-se em Karate-Do;
  2. O Evento é aberto a todo praticante de Karate-Do pertencentes ou não a qualquer outra Organização (Federação, Estilo, Academia, etc.).
-

## 8. PRÉ-REQUISITOS

### Idade:

Mínima: 10 anos. Máxima: não há.

- Menores de 18 anos deverão estar acompanhados de 1 (um) responsável ao qual será permitido a permanência no local do Evento na área destinada ao público.

### Escolaridade:

Nada consta.

### Graduação/Nível:

A partir de 3º Kyu.

### Importante:

Nada consta.

### 8.1. Outros Requisitos

1. Ter ciência e estar de acordo com o cumprimento do “Código de Conduta da Escola de Karate-Do do Brasil”. Veja link: <http://docs.escoladekaratedodobrasil.com.br/Ekado-CodigoDeConduta.pdf>.
2. Ter ciência e estar de acordo com o cumprimento do “Regulamento de Eventos Não Competitivos da Escola de Karate-Do do Brasil”. Veja “link” <http://docs.escoladekaratedodobrasil.com.br/RegulamentoDeEventosNaoCompetitivos.pdf>

## 9. BENEFÍCIOS

Em adição aos benefícios expostos no tópico “3. Objetivos”:

1. Aprender a entender o Aprendizado e o Treinamento do Karate não só como um meio de obter benefícios físicos ou a habilidade lutar, mas também como uma forma prática e efetiva de, aplicados à vida do dia a dia, tornar se uma pessoa melhor, física e mentalmente, consigo mesmo, com seu semelhante e com o ambiente, e, conseqüentemente, tornar a própria vida mais controlada, de melhor qualidade e mais satisfatória;
  2. Aprender e entender as Técnicas e Táticas do Karate-Do de forma profunda para obter a sua efetiva (eficiente e eficaz) aplicação ao Goshin e às Competições;
  3. Entender a progressão, dependência e integração dos diversos treinamentos para alcançar a efetividade em Karate-Do.
-

## **10. INSCRIÇÕES**

### **10.1. Quantidades de Vagas**

100 vagas.

### **10.2. Valor do Investimento Pessoal**

Alunos de Instrutores Afiliados à **Escola de Karate-Do do Brasil**: R\$ 100,00;

Não Filiados: R\$ 120,00.

#### **10.2.1. Bonificação**

Nada Consta.

#### **10.2.2. Forma de Pagamento**

No local e data do Evento ou ...

Junto com a Inscrição quando feita na própria Academia/Clube.

### **10.3. Data final para as Inscrições**

01/06/2018.

### **10.4. Documentos e Procedimentos para a Inscrição**

A Inscrição poderá ser realizada conforme abaixo:

#### **Direta:**

Envie solicitação para o e-mail [info@escoladekaratedodobrasil.com.br](mailto:info@escoladekaratedodobrasil.com.br) no formato:

- “Nome Completo; E-mai; RG/Órgão Expedidor”;
- Exemplo: Antônio Carlos Zafir; aczafir@hotmail.com; 2.512.954/SSP-SP.

#### **Na própria Academia/Clube:**

Solicite ao seu Professor/Instrutor a inscrição no evento.

---

**No Local:**

Sujeito a disponibilidade de vagas.

Em todos os casos: Apresente no dia do evento um Documento de Identidade.

**11. MATERIAIS NECESSÁRIOS PARA OS PARTICIPANTES**

1 kimono limpo;

Material para anotações (caderno, lápis ou caneta, etc).

**12. MAIS INFORMAÇÕES E “ALTERAÇÕES DE ÚLTIMA HORA”**

**Escola de Karate-Do do Brasil**

e-mail: [info@escoladekaratedodobrasil.com.br](mailto:info@escoladekaratedodobrasil.com.br)

Site: [escoladekaratedodobrasil.com.br](http://escoladekaratedodobrasil.com.br)

São Paulo, 09 de abril de 2018

**Escola de Karate-Do do Brasil**

---