



Roma, 1 novembre 2025

A tutti i Pres. dei Comitati Prov. ASC Reg. Lazio

A tutti i Referenti Territoriali ASC Reg. Lazio

A tutte le Associazioni Affiliate ASC Lazio

## **COMUNICATO UFFICIALE**

### **SETTORE KARATE**

## **ESAMI di DAN**

**1° 2° 3°**

## **Destinatari**

La Sessione è destinata a tutti i Tesserati/e e alle ASD/SSD Affiliate ASC per l'anno in corso.

Per garantire a tutti i partecipanti un'adeguata attenzione, il Corso è limitato a soli 30 iscritti; saranno accolte le prime 30 domande, farà fede l'ordine temporale delle mail; eventuali esuberanti verranno dirottati in una seconda Sessione non ancora calendarizzata.

## **Requisiti Obbligatorii**

Per accedere agli Esami di 1° Dan l'età minima obbligatoria è di 14 anni, ovvero le iscrizioni sono aperte ai nati nel 2012 e negli anni precedenti.

Per accedere agli Esami di 2° Dan è obbligatoria una decorrenza minima di 3 (tre) anni dal conseguimento del 1° Dan, ovvero bisogna presentare un Attestato di 1° Dan rilasciato nel 2023 o negli anni precedenti.

Per accedere agli Esami di 3° Dan è obbligatoria una decorrenza minima di 4 (quattro) anni dal conseguimento del 2° Dan, ovvero bisogna presentare un Attestato di 1° Dan rilasciato nel 2022 o negli anni precedenti.

Per tutti i partecipanti, indipendentemente dal Dan da conseguire, è obbligatorio essere in possesso di:

a) Tesseramento valido per l'anno in corso presso una ASD/SSD affiliata ASC.

b) Idoneità psico-fisica documentata da appropriato Certificato Medico, anche non agonistico, di idoneità alla pratica della disciplina sportiva del Karate (in formato Pdf).

Con l'invio della Domanda di Partecipazione, il Corsista dichiara in maniera tacita di essere in possesso di tutti i requisiti richiesti; dichiara inoltre di non essere vincolato da qualsiasi tipo di impedimento previsto dalla legge, dallo Statuto e dai Regolamenti del CONI e delle sue Federazioni di riferimento, dallo Statuto e dai Regolamenti dell'ASC, nonché da eventuali divieti imposti dalla propria ASD/SSD.

Dichiarazioni false o mendaci sono perseguibili a norma di legge. L'ASC si riserva il diritto di effettuare in qualsiasi momento gli opportuni controlli.

Candidati che praticano Kobudo e quelli che praticano Stili di Karate diversi da quelli inseriti all'interno del Programma d'Esame (ovvero Shotokan, Shito Ryu, Goju Ryu e Wado Ryu) potranno comunque sostenere l'Esame; in questo caso, per accedere agli Esami, il Candidato e/o il Tecnico responsabile, dovranno comunicare e concordare il Programma d'Esame con il Responsabile ASC prima di inviare la Domanda di Iscrizione e prima di effettuare il Bonifico; in caso contrario saranno tenuti a seguire il Programma d'Esame di uno dei quattro Stili proposti in elenco.

## **Corso di Preparazione**

Per accedere agli Esami è necessario partecipare ad un Corso di Preparazione.

Il Corso è articolato sulla base di un Modulo Didattico di 8 ore suddiviso in 2 Sezioni da 4 ore; ogni Sezione è articolata in due Lezioni da due ore ciascuna, inframezzate da una pausa.

La Prima Sezione è dedicata alla Propedeutica dei Kata e dei Kihon.

La Seconda Sezione è Dedicata alla Propedeutica delle Interazioni Oppositive e al Kumite.

Il Programma dettagliato è in allegato al presente comunicato.

Tutti i Docenti che intervengono al Corso di Preparazione agli Esami di Dan sono in possesso di qualifiche riconosciute dal CONI.

## **Frequenza**

Per essere ammessi agli Esami è necessario aver partecipato ad almeno 4 (quattro) ore di Lezione su 8 (otto), ovvero ad una Sezione del Corso.

## **SEDE ed ORARI**

La sede principale del Corso è a Roma:

Pala BRACELLI  
Via Mattia Battistini, 260

Per motivi organizzativi e/o didattici, l'ASC si riserva il diritto di utilizzare sedi diverse da quella principale; le sedi diverse da quella principale verranno comunicate con almeno due settimane di anticipo e saranno in ogni caso nel Comune di Roma.

Date ed Orari del Corso, ovvero 8 Appuntamenti da 4 ore ciascuno, saranno definite in accordo con il Calendario Eventi ASC; eventuali variazioni verranno comunicate direttamente ai Candidati con almeno due settimane di anticipo. Gli appuntamenti saranno comunque sempre compresi in una di queste due fasce:

- Sabato Pomeriggio dalle ore 14.30 alle ore 18.30
- Domenica Mattina dalle ore 08.30 alle ore 12.30

Primo Appuntamento  
DOMENICA  
18 gennaio 2026  
Ore 09.00

## **Esami**

Per la Sessione d'Esame è prevista una data specifica, diversa dalle due Sezioni di Allenamento.

Gli Esami prevedono una Prova Pratica ed un'Esame Orale.

Per la Prova Pratica si fa' riferimento al Programma dettagliato in allegato al presente comunicato.

La preparazione per l'Esame Orale è invece a cura del Candidato e deve essere proporzionale al Dan da conseguire; essa deve comprendere:

- Storia del Karate in generale e del proprio Stile.
- Nomi delle Tecniche e delle Posizioni.

I Criteri di Valutazione e relativi Punteggi sono esposti in maniera dettagliata sul Programma in Allegato.

Il Candidato dovrà Eseguire nell'Ordine:

- 1) Kihon di Stile
- 2) Un Kata a Scelta tra i tre in elenco
- 3) Due Applicazioni inerenti due spezzoni del Kata
- 4) Parte Orale
- 5) Interazioni Oppositive
- 6) Un minuto di Kumite Sportivo con l'Applicazione delle Interazioni Oppositive.

Candidati che praticano Kobudo e quelli che praticano Stili di Karate diversi da quelli inseriti all'interno del Programma d'Esame (ovvero Shotokan, Shito Ryu, Goju Ryu e Wado Ryu) potranno comunque sostenere l'Esame; in questo caso, per accedere agli Esami, il Candidato e/o il Tecnico responsabile, dovranno comunicare e concordare il Programma d'Esame con il Responsabile ASC prima di inviare la Domanda di Iscrizione e prima di effettuare il Bonifico; in caso contrario saranno tenuti a seguire il Programma d'Esame di uno dei quattro Stili proposti in elenco.

Al termine degli Esami verrà espresso il solo giudizio "Idoneo" o "Non Idoneo"; non verrà comunicato il Punteggio.

## **Commissione d'Esame**

La Commissione d'Esame è composta da 3 (tre) Docenti:

- 1) Responsabile del Corso e Presidente della Commissione d'Esame: M° Ettore Morolli, 5° Dan di Karate (Fijlkam), 4° Dan di Kobudo (AIKO del M° Oshiro Zenei), 1° Dan di Judo (Fijlkam), 1° Dan di Aikido (Fijlkam), Responsabile Regionale ASC per il Settore Karate e Kobudo.
- 2) M° Francesco Nardi, 6° Dan di Karate (Fijlkam), 4° Dan di Kobudo (AIKO del M° Oshiro Zenei), 1° Dan di Aikido (Fijlkam).
- 3) M° Alessandro Ruggeri, 6° Dan di Karate (Fijlkam)

## **Iscrizione e Costi**

Il Costo degli Esami è di 130€ (indipendentemente dal Dan da conseguire) ed è comprensivo del costo del Corso di Preparazione.

L'importo deve essere saldato in una unica soluzione entro la settimana precedente l'inizio dei Corsi effettuando il Bonifico sul C/C bancario BPM intestato a "A.S.C. Comitato Regionale Lazio" all'IBAN:

IT98D0503403213000000003606

Causale: "Iscrizione Corso Dan Karate Nome e Cognome Atleta"

Le Iscrizione vanno inoltrate tramite all'indirizzo di posta elettronica:

[iscrizioni@asckaratelazio.it](mailto:iscrizioni@asckaratelazio.it)

e per conoscenza a:

[segreteria@ascsport.it](mailto:segreteria@ascsport.it)

unitamente a:

1. Modulo Iscrizione (in formato Pdf).
2. Certificato Medico, anche non agonistico, di idoneità alla pratica della disciplina sportiva del Karate (in formato Pdf).
3. Documento in corso di validità (in formato Pdf).
4. Codice Fiscale (obbligatorio solo se non presente sul documento, in formato Pdf).
5. Attestato di 1° o 2° Dan (solo coloro che devono effettuare gli Esami di 2° o 3° Dan) rilasciato da una Federazione o da un Ente di Promozione Sportiva Riconosciuto dal CONI (in formato Pdf).

## **Termine Ultimo per le Iscrizione**

MERCOLEDI' 31 Dicembre 2025, ore 24.00

## **Dotazioni Obbligatorie**

E' obbligatorio partecipare al Corso ed agli Esami con il Gi Bianco da Karate (Kimono) completo e Set di Protezioni completo (Guantini, Parastinchi, Conchiglia o Paraseno, Corpetto e Paradenti).

## **Attestato**

Al termine del Corso, previa superamento dell'Esame, verrà rilasciato il Diploma Nazionale ASC di DAN, valido su tutto il territorio nazionale e riconosciuto dal CONI.

L'Attestato ha decorrenza a partire dalla data di rilascio.

Il Resp. ASC Lazio Sett. Karate  
M° Ettore MOROLLI