

# Attività frequentata ed organizzata nell'anno 2019 “Bilancio sociale della SSD SCUOLA ARTI MARZIALI FRAGALE”

## **GENNAIO 2019**

19/20 GENNAIO C/O GENOVA

il Maestro Roberto Fragale si è recato a Genova per partecipare ad un corso di formazione in “POSTUROLOGIA” con il metodo “RIEDUCA”. Tema del modulo: “ERGONOMIA DEL CAMMINO E DELLO STARE SEDUTI” tenuto dall'agenzia formativa “IL GINNASIO” sotto il patrocinio dell'Unione Nazionale Chinesiologi.

## **FEBBRAIO 2019**

3 FEBBRAIO FIRENZE C/O Palestra 4Muver

L'istruttore in formazione Nakya Carrani ha partecipato ad un corso formativo “ Panca, Stacco e Squat nel Powerlifting” (approccio insegnamento e tecniche di gara)

8/9/10 FEBBRAIO c/o Palasport RIMINI COPPA PRESIDENTE FIKBMS (gara istituzionale) partecipiamo con 1 atleta 1° serie e 1 atleta 3° serie nelle discipline a pieno contatto.

16 FEBBRAIO C/O FIRENZE

l'istruttore in formazione Daniel Stanuta ha partecipato all'ultimo modulo del corso formazione della FIPE per trainer 1° Livello

16 FEBBRAIO C/O Navacchio organizzazione PAIM

L'istruttore in formazione Nakya Carrani ha partecipato ad un corso formativo “ABILITY PLAYERS” per Operatori Sportivi nella disabilità psichica e intellettivo-relazionale.

16/17 FEBBRAIO C/O GENOVA

il Maestro Roberto Fragale partecipa al 5° modulo del master in posturologia della RIEDUCA. Tenuto dall'agenzia formativa “IL GINNASIO” sotto il patrocinio dell'Unione Nazionale Chinesiologi.

22/23/24 FEBBRAIO C/O Scuola dello Sport Acquacetosa Roma.

Il Maestro Roberto Fragale è docente al corso di formazione FIKBMS per Tecnico Federale (3° Livello Tecnico Coni)

22/23/24 FEBBRAIO C/O Scuola dello Sport Acquacetosa Roma.

L'Istruttore Sarteschi Nicola è iscritto partecipante al corso di formazione FIKBMS per Tecnico Federale (3° Livello Tecnico Coni)

## **MARZO 2019**

6/7/8/9 Marzo trasferta a DUBAI (Emirati Arabi)

il Maestro Roberto Fragale chiamato come International Referèe al gala di Muay Thai "FIGHT NIGHT" andato in scena il 08/03/2019 a Dubai per l'organizzazione della Federazione Araba di Muay Thai.

10MARZO C/O FIRENZE l'istruttore in formazione Daniel Stanuta ha sostenuto l'esame (con esito positivo) al termine del corso formazione della FIPE per trainer 1° Livello

10 MARZO C/O PALASPORT GENOVA "ZENA FIGHT 3" (gara non istituzionale FIKBMS) abbiamo partecipato con 16 atleti iscritti (13 maschi e 3 femmine)

16/17 Marzo C/O GENOVA

il Maestro Roberto Fragale ha partecipato al 6° modulo del master in posturologia della RIEDUCA. Tenuto dall'agenzia formativa "IL GINNASIO" sotto il patrocinio dell'Unione Nazionale Chinesiologi.

23 MARZO C/O SEDE SOCIALE è andato in scena la 60° edizione del "Torneo il Guerriero" gara intersociale promozionale per ragazzi dai 13 anni in poi.

Organizzazione a cura della SCUOLA FRAGALE. Gara di SANDA (Kung Fu)

23 MARZO C/O Navacchio organizzazione PAIM

L'istruttore in formazione Nakya Carrani ha partecipato al secondo modulo del corso formativo "ABILITY PLAYERS" per Operatori Sportivi nella disabilità psichica e intellettivo-relazionale.

24/3 MARZO C/O CUS di Bergamo

il Maestro Roberto Fragale chiamato come docente al corso formazione istruttori Federali FIKBMS con una lezione teorica sulla formazione, accumulo, smaltimento e utilizzo dell'acido lattico.

24/3 MARZO C/O CUS di Bergamo

il Maestro Federico Fragale chiamato come docente al corso formazione istruttori Federali FIKBMS con una lezione pratica sull'arte del combattimento di kickboxing.

23/24/25 c/o Scuola dello Sport -Coni- Centro Preparazione Olimpica dell'Acqua Acetosa-Roma.

Il Tecnico Sportivo Nicola Sarteschi ha frequentato il secondo modulo del corso di formazione della FIKBMS per Tecnico Federale allo scopo di prendere il 3° Livello Tecnico del CONI.

29/30/31MARZO C/O PALAGGIANO (Bari)

il Maestro Roberto Fragale chiamato come docente al corso federale FIKBMS per la formazione di istruttori federali e Educatori Sortivi Attività Giovanile, organizzato dal Comitato regionale Pugliese della FIKBMS

**APRILE 2019**

**MAGGIO 2019**

**4-5 MAGGIO C/O Navacchio organizzazione PAIM**

L'istruttore in formazione Nakya Carrani ha partecipato al TERZO modulo conclusivo del corso formativo "ABILITY PLAYERS" per Operatori Sportivi nella disabilità psichica e intellettivo-relazionale.

10/11 MAGGIO C/O Società Italiana Cardiologia SIC (Roma)  
Roberto Fragale frequenta il primo modulo del corso UNC per chinesiologi del benessere cardiaco

17/18/19/ MAGGIO C/O Centro Preparazione Olimpica (Roma)  
Roberto Fragale durante il corso per Tecnico Federale della FIKBMS in collaborazione con la Scuola dello Sport del Coni (corso equiparato al tecnico di 3° Livello SNaQ-Coni) come docente tiene una lezione sui meccanismi energetici nell'attività sportiva intensa.

17/18/19/ MAGGIO C/O Centro Preparazione Olimpica (Roma)  
L'Istruttore Nicola Sarteschi frequenta il 3° Modulo del corso per Tecnico Federale della FIKBMS organizzato in collaborazione con la Scuola dello Sport del Coni (corso equiparato al tecnico di 3° Livello SNaQ-Coni).

19 MAGGIO C/O COLLESALVETTI TENUTA LAGO ALBERTO ORGANIZZATA DA MASSIMO MELIS hanno partecipato 10 nostri atleti (una batteria)

25 / 26 MAGGIO C/O Centro Sportivo " Push Up" (Roma)  
Roberto Fragale frequenta il secondo modulo del corso UNC per chinesiologi del benessere cardiaco e sostiene l'esame per l'iscrizione al registro del S.I.C. dei chinesiologi del benessere cardiaco.

26 MAGGIO C/O BERGAMO ORGANIZZAZIONE MAESTRO Carsana Egidio  
alla gara FIKBMS non istituzionale hanno partecipato 5 atleti nel contatto leggero di 1 cadetto , 3 juniores e 1 seniores; un atleta nel contatto pieno.

## **GIUGNO 2019**

8-9 GIUGNO C/O GENOVA  
il Maestro Roberto Fragale ha partecipato al 7° ed ultimo modulo con esami finali del master in posturologia della RIEDUCA. Tenuto dall'agenzia formativa "IL GINNASIO" sotto il patrocinio dell'Unione Nazionale Chinesiologi.

23 GIUGNO C/O Palaterme Montecatini  
Stage Nazionale Arti Marziali e Sport da Combattimento ACSI  
il Maestro Roberto Fragale docente, tiene una lezione sull'organizzazione dell'allenamento e sua periodizzazione ai tecnici intervenuti  
il Maestro Federico Fragale tiene una sessione di allenamento pratico per gli sport da combattimento a tutti i tecnici intervenuti.

22-23-24 GIUGNO C/O Centro Preparazione Olimpica (Roma)  
L'Istruttore Nicola Sarteschi frequenta il 4° Modulo del corso per Tecnico Federale della FIKBMS organizzato in collaborazione con la Scuola dello Sport del Coni (corso equiparato al tecnico di 3° Livello SNaQ-Coni).

24 GIUGNO C/O Centro Preparazione Olimpica (Roma)  
Roberto Fragale docente al corso per Tecnico Federale della FIKBMS in collaborazione con la Scuola dello Sport del Coni (corso equiparato al tecnico di 3° Livello SNaQ-Coni) tiene una lezione sui test di capacità condizionale e verifica finale.

28-29-30 GIUGNO presso BRINDISI (PALAGIANO) e per conto del Comitato Regionale Puglia della FIKBMS  
docenza al corso regionale per Allenatori e Istruttori... somministrazione dei test di verifica per gli esami fine corso.

## **LUGLIO 2019**

## **AGOSTO 2019**

## **SETTEMBRE 2019**

## **OTTOBRE 2019**

26-27 OTTOBRE C/O Centro Scienze Motorie Fragale a Pisa, organizzato stage multidisciplinare ACSI con Kickboxing, Muay Thai, Kali, Kung fu, Aikido e Ju Jitsu.

## **NOVEMBRE 2019**

09 NOVEMBRE C/O Centro Scienze Motorie Fragale a Pisa, organizzata sessione di esame per Tecnico federale FIKBMS e 3° Livello SNaQ Roberto Fragale e Paolo Allievi Commissari FIKBMS

10 NOVEMBRE alla fiera di Carrara, partecipazione ai campionati regionali toscani della FIKBMS con 15 atleti, accompagnano i ragazzi Federico Fragale, Luciano Pinato e Stefano Barbensi.

18 NOVEMBRE 2019 C/O Centro Scienze Motorie Fragale a Pisa, organizzato corso aggiornamento arbitri muay thai con il responsabile arbitrale nazionale FIKBMS Rodolfo Meoni

30 NOVEMBRE C/O Centro Scienze Motorie Fragale a Pisa, organizzato INCONTRO FORMATIVO sulla metodologia dell'allenamento. relatori dott. Roberto Fragale, dott. Nicola Sarteschi, dott. Paolo Bernardini.

## **DICEMBRE 2019**

03-10 DICEMBRE Roberto Fragale a Manila (Filippine) come Ufficiale Tecnico ai "SEA GAMES" del COMITATO OLIMPICO ASIATICO nella Kickboxing per conto della WAKO ASIA.

14-15 DICEMBRE C/O Centro Scienze Motorie Fragale a Pisa, organizzazione del Meeting Formativo Educativo de IL GUERRIERO per Bambini, Ragazzi e Adulti.

# **Attività frequentata ed organizzata nell'anno 2020**

## **GENNAIO 2020**

18/19/20 GENNAIO 2020 C/O palestra Fitness Mood Battistini via del Forte Braschi103 B Roberto Fragale e Franco Piccirilli si sono recati a Roma per partecipare al primo modulo del corso per operatore tecnico in POSTUROLOGIA dell'ASI.

24/25 GENNAIO 2020 Roberto Fragale si è recato a Roma presso la sede del Coni e presso la Scuola dello Sport del CPO all'Acqua Acetosa per partecipare al gran gala delle benemerenze e al corso per tecnico federale FIKBMS del 3° Livello SNaQ Coni.

26/GENNAIO 2020 Roberto Fragale e Paolo Bernardini si sono recati a Cascina presso la Biblioteca Comunale per tenere due interventi come relatori sul tema "attività sportiva e Parkinson" . titolo della giornata: "Mettici La Faccia" organizzato da Valeria Bastoncelli con il patrocinio dell'Associazione PIsaparkinson.

---

26 GENNAIO 2020 palazzetto dello sport di Asti

Fragale Federico e Marchi Federico hanno accompagnato 6 atleti della Palestra ai Campionati interregionali. Ad ASTI- Toscana, Piemonte, Liguria, Valle d'Aosta, Emilia Romagna -860 iscritti) 1 oro e 1 bronzo –

31 GENNAIO 1- 2 FEBBRAIO 2020

Roberto Fragale si è recato a Roma presso la SdS del Coni al CPO dell'Acqua Acetosa per il 4° corso nazionale di TECNICO FEDERALE della Federazione FIKBMS.

## **FEBBRAIO 2020**

8-9 FEBBRAIO 2020 C/O palestra Fitness Mood Battistini via del Forte Braschi103 B Roberto Fragale e Franco Piccirilli si sono recati a Roma per partecipare al secondo modulo del corso DI FORMAZIONE per operatore tecnico in POSTUROLOGIA dell'ASI.

22 FEBBRAIO 2020 C/O FlyOn Hotel & Conference Center in via dell'aeroporto a Bologna, Roberto Fragale (in qualità di direttore) è intervenuto alla riunione della Scuola Nazionale di Formazione FIKBMS con il Presidente Federale Donato Milano per programmare azioni future.

29-FEBBRAIO presso BARI (PALAGIANO) e per conto del Comitato Regionale Puglia della FIKBMS

Roberto Fragale vi si è recato per la docenza al corso regionale per Allenatori e Istruttori FIKBMS

## **MARZO 2020**

1-2 MARZO presso BARI (PALAGIANO) e per conto del Comitato Regionale Puglia della FIKBMS

Roberto Fragale vi si è recato per la docenza al corso regionale per Allenatori e Istruttori FIKBMS

6-7 MARZO 2020

Roberto Fragale si è recato a Roma presso la SdS del Coni al CPO dell'Acqua Acetosa per il 4° corso nazionale di TECNICO FEDERALE della Federazione FIKBMS.

7-8 MARZO 2020 C/O palestra Fitness Mood Battistini via del Forte Braschi103 B

Roberto Fragale e Franco Piccirilli si sono recati a Roma per partecipare al terzo modulo del corso DI FORMAZIONE per operatore tecnico in POSTUROLOGIA dell'ASI.

20-21 giugno 2020 C/O palestra Fitness Mood Battistini via del Forte Braschi103 B  
Roberto Fragale e Franco Piccirilli si sono recati a Roma per partecipare al quarto modulo pratico (la teoria fatta on-line) del corso DI FORMAZIONE per operatore tecnico in POSTUROLOGIA dell'ASI.

6 giugno 2020 Fragale Federico e Daniel Stanuta si sono recati a Torino per sopralluogo e collaborazione corso mental coach da farsi forse ad Agosto.

EDUCAMP del CONI presso Palestra Comunale SCIENZE MOTORIE APPLICATE Scuola  
Fragale, via Vincenzo Cuoco n° 15 PISA

- Dal 15/06 al 20/06 : 29 bambini età dai 3 ai 14 anni
- Dal 22/06 al 26/06 : 51 bambini età dai 3 ai 14 anni
- Dal 29/06 al 03/07 : 62 bambini età dai 3 ai 14 anni
- Dal 06/07 al 10/07 : 46 bambini età dai 3 ai 14 anni
- Dal 13/07 al 17/07 : 31 bambini età dai 3 ai 14 anni
- Dal 20/07 al 24/07 : 40 bambini età dai 3 ai 14 anni
- Dal 27/07 al 31/07 : 24 bambini età dai 3 ai 14 anni
- Dal 03/08 al 07/08 : 9 bambini età dai 3 ai 14 anni
- Dal 10/08 al 14/08 : 7 bambini età dai 3 ai 14 anni
- Dal 17/08 al 21/08 : 4 bambini età dai 3 ai 14 anni
- Dal 24/08 al 28/08 : - bambini età dai 3 ai 14 anni
- Dal 31/08 al 04/09 : 14 bambini età dai 3 ai 14 anni
- Dal 07/09 al 11/09 : 14 bambini età dai 3 ai 14 anni

11-12-13 settembre 2020 C/O Centro Sportivo di Scienze Motorie Applicate della Scuola  
Fragale di Pisa, si è tenuto per la Scuola Nazionale di Formazione il terzo modulo del  
corso nazionale FIKBMS di Tecnico Federale della FIKBMS, equiparato al grado Tecnico  
di 3° Livello SNaQ del Coni.

16- settembre 2020 C/O Centro Sportivo di Scienze Motorie Applicate della Scuola  
Fragale di Pisa, si è tenuta una valutazione posturale gratuita dalle ore 17.,00 alle ore  
20,30.

19-20 settembre 2020 C/O palestra Fitness Mood Battistini via del Forte Braschi103 B  
Roberto Fragale e Franco Piccirilli si sono recati a Roma per partecipare al quinto modulo  
pratico del corso DI FORMAZIONE per "Operatore Tecnico in POSTUROLOGIA" dell'ASI.

03-04 OTTOBRE 2020 C/O palestra Fitness Mood Battistini via del Forte Braschi103 B  
Roberto Fragale e Franco Piccirilli si sono recati a Roma per partecipare al SESTO  
modulo pratico del corso DI FORMAZIONE per "Operatore Tecnico in POSTUROLOGIA"  
dell'ASI.

04 ottobre 2020 Roberto Fragale e Franco Piccirilli al termine dello specifico corso di  
formazione durato 9 mesi, hanno sostenuto l'esame teorico e pratico per l'abilitazione e al  
superamento degli stessi hanno ottenuto la qualifica di "OPERATORE ESPERTO IN  
POSTUROLOGIA" con tesserino tecnico e iscrizione nell'elenco ufficiale dell'ASI.

Lunedì 23 Novembre 2020, tutti i tecnici della Scuola partecipano presso la saletta del centro ad una video-lezione del prof. Claudio Mantovani (direttore scientifico Scuola Naz. Dello Sport del Coni) sul tema: “il ruolo del Tecnico e le sue competenze didattiche” (2 ore)

Giovedì 26 Novembre 2020, tutti i tecnici della Scuola partecipano presso la saletta del centro ad una video-lezione del dott. Stefano Rigamonti (Segretario Nazionale federale FIKBMS) sul tema: “Ordinamento Sportivo” e dott. Donato Milano (Presidente Federale FIKBMS) sul tema: storia della Federazione. (2 ore)

Martedì 1° dicembre 2020, tutti i tecnici della Scuola partecipano presso la saletta del centro ad una video-lezione del dott. Stefano Rigamonti (Segretario Nazionale federale FIKBMS) sul tema: FISCO\_SPORT “gestione delle ASD e SSD” (2 ore)

Venerdì 04 dicembre 2020 Roberto Fragale (coordinatore Scuola Nazionale di Formazione) è docente al corso Nazionale della Federazione FIKBMS per la formazione dei Tecnici della Federkombat, equiparati al 2° Livello SNaQ del Coni, sul tema “Fisiologia dello Sport” con una VIDEO-lezione sulla piattaforma ZOOM, sui “SISTEMI ENERGETICI” (2 ore)

Mercoledì 9 dicembre 2020, tutti i tecnici della Scuola partecipano presso la saletta del centro ad una video-lezione del prof. Claudio Mantovani (direttore scientifico Scuola Naz. Dello Sport del Coni). sul tema: “il processo di insegnamento/apprendimento”. (2 ore)

Sabato 19 dicembre 2020 Roberto Fragale è docente al corso della Scuola Regionale di Formazione FIKBMS della Sardegna per la formazione degli Allenatori sardi della Federkombat con una VIDEO-lezione sulla “TEORIA E METODOLOGIA DELL’ALLENAMENTO”. (3 ore)

Lunedì 21 dicembre 2020, tutti i tecnici della Scuola partecipano presso la saletta del centro ad una video-lezione del dott. Vitale Monte (pres. Commissione Medica Federale Federkombat) sul tema: “Doping: Elementi generali (tabella sostanze, effetti)” (2 ore)

## **Attività frequentata ed organizzata nell’anno 2021**

**GENNAIO 2021**

Mercoledì 27 gennaio 2021 Roberto Fragale è docente al corso della Scuola Nazionale di Formazione FIKBMS per la formazione dei Tecnici della Federkombat (2° Livello SNaQ-Coni) con una VIDEO-lezione sui “SISTEMI ENERGETICI”. (3 ore)

## **FEBBRAIO 2021**

LUNEDÌ 1 Febbraio 2021 Roberto Fragale è docente al corso della Scuola Nazionale di Formazione FIKBMS per la formazione dei Tecnici della Federkombat (2° Livello SNaQ-Coni) con una VIDEO-lezione su “L'ATTIVAZIONE NEUROMUSCOLARE”. (3 ore)

Martedì 2 Febbraio 2021 Roberto Fragale è docente al corso della Scuola Regionale di Formazione FIKBMS della Toscana per la formazione degli Allenatori toscani della Federkombat con una VIDEO-lezione sulla “CELLULA, TESSUTI ORGANI, SISTEMI E APPARATI”. (3 ore)

Venerdì 5 Febbraio 2021 Roberto Fragale è docente al corso della Scuola Regionale di Formazione FIKBMS della Toscana per la formazione degli Allenatori toscani della Federkombat con una VIDEO-lezione sulla “APPARATO MOTORIO”. (3 ore)

MERCOLEDÌ 17 Febbraio 2021 Roberto Fragale è docente al corso della Scuola Nazionale di Formazione FIKBMS per la formazione dei Tecnici della Federkombat (2° Livello SNaQ-Coni) con una VIDEO-lezione su “METODI ALLENAMENTO CAPACITÀ COORDINATIVE”. (3 ore)

LUNEDÌ 22 Febbraio 2021 Roberto Fragale è docente al corso della Scuola Regionale di Formazione FIKBMS della Toscana per la formazione degli Allenatori toscani della Federkombat con una VIDEO-lezione sulla “METODI ALLENAMENTO CAPACITÀ COORDINATIVE”. (3 ore)

Sabato 13 Febbraio 2021 i tecnici del centro di “Scienze Motorie Applicate della Scuola Fragale” : Roberto Fragale, Marisa Fragale, Beatrice Guardati e Federico Marchi; hanno partecipato alla 1° Lezione del Corso di formazione online in '*Psicomotricità (alias Ginnastica Finalizzata alla Salute e al fitness per bambini - codice CONI: BI001)*'

## **MARZO 2021**

Sabato 6 marzo 2021 i Tecnici Roberto Fragale, Beatrice Guardati, Marisa Fragale e Federico Marchi Hanno partecipato al 1° Incontro del corso formativo in Psicomotricità Infantile con la prof. Erminia Salsano.

Lunedì 8 marzo 2021 i Tecnici Roberto Fragale, Beatrice Guardati, Marisa Fragale e Federico Marchi Hanno partecipato al 2° Incontro del corso formativo in Psicomotricità Infantile con il prof. Fernando Cuffaro.

Mercoledì 10 marzo 2021 i Tecnici Roberto Fragale, Beatrice Guardati, Marisa Fragale e Federico Marchi Hanno partecipato al 3° Incontro del corso formativo in Psicomotricità Infantile con la prof. Chiara Rossi.

Sabato 13 marzo 2021 i Tecnici Roberto Fragale, Beatrice Guardati, Marisa Fragale e Federico Marchi; Hanno partecipato al 4° Incontro del corso formativo in Psicomotricità Infantile con la prof. Erminia Salsano.

Martedì 16 marzo 2021 i Tecnici Roberto Fragale, Beatrice Guardati, Marisa Fragale e Federico Marchi Hanno partecipato al 5° Incontro del corso formativo in Psicomotricità Infantile con il prof. Ernersto Arminio.

Mercoledì 17 marzo 2021 i Tecnici Roberto Fragale, Beatrice Guardati, Marisa Fragale e Federico Marchi Hanno partecipato al 6° Incontro del corso formativo in Psicomotricità Infantile con la prof. Chiara Rossi.

Giovedì 18 marzo 2021 i Tecnici Roberto Fragale, Beatrice Guardati, Marisa Fragale e Federico Marchi Hanno partecipato al 7° Incontro del corso formativo in Psicomotricità Infantile con il prof. Vincenzo Iannotta.

Mercoledì 24 marzo 2021 i Tecnici Roberto Fragale, Beatrice Guardati, Marisa Fragale e Federico Marchi Hanno partecipato all' 8° Incontro del corso formativo in Psicomotricità Infantile con la prof. Chiara Rossi.

#### APRILE 2021

Martedì 6 aprile 2021 i Tecnici Roberto Fragale, Beatrice Guardati, Marisa Fragale e Federico Marchi Hanno partecipato all'8° Incontro del corso formativo in Psicomotricità Infantile con la Commissione Esaminatrice sostenendo gli esami valutativi per operatore sportivo in psicomotricità.

#### MAGGIO 2021

#### GIUGNO 2021

EDUCAMP “Summer Sport Event” presso Palestra Comunale SCIENZE MOTORIE APPLICATE Scuola Fragale, via Vincenzo Cuoco n° 15 PISA

- Dal 14/06 al 18/06 : 17 bambini età dai 3 ai 14 anni
- Dal 21/06 al 25/06 : 22 bambini età dai 3 ai 14 anni
- Dal 28/06 al 02/07 : 13 bambini età dai 3 ai 14 anni

#### LUGLIO 2021

EDUCAMP “Summer Sport Event” presso Palestra Comunale SCIENZE MOTORIE APPLICATE Scuola Fragale, via Vincenzo Cuoco n° 15 PISA

- Dal 05/07 al 9/07 : 25 bambini età dai 3 ai 14 anni
- Dal 12/07 al 16/07 : 24 bambini età dai 3 ai 14 anni
- Dal 19/07 al 23/07 : 20 bambini età dai 3 ai 14 anni
- Dal 26/07 al 30/07 : 18 bambini età dai 3 ai 14 anni

#### AGOSTO 2021

EDUCAMP “Summer Sport Event” presso Palestra Comunale SCIENZE MOTORIE APPLICATE Scuola Fragale, via Vincenzo Cuoco n° 15 PISA

- Dal 02/08 al 06/08 : 13 bambini età dai 3 ai 14 anni
- Dal 9/08 al 11/08 : 8 bambini età dai 3 ai 14 anni
- Dal 16/08 al 20/08 : 4 bambini età dai 3 ai 14 anni

SETTEMBRE 2021

EDUCAMP “Summer Sport Event” presso Palestra Comunale SCIENZE MOTORIE APPLICATE Scuola Fragale, via Vincenzo Cuoco n° 15 PISA

- Dal 30/08 al 03/09 : 11 bambini età dai 3 ai 14 anni
- Dal 06/09 al 10/09 : 8 bambini età dai 3 ai 14 anni

OTTOBRE 2021

MARTEDI 2 Novembre 2022 Roberto Fragale è docente al corso della Scuola Regionale di Formazione FIKBMS della Toscana per la formazione degli ISTRUTTORI toscani della Federkombat con una VIDEO-lezione sulla “Tipologia della muscolatura” (3 ore)

## Attività frequentata ed organizzata nell'anno 2022

GENNAIO 2022

MERCOLEDI 17 Febbraio 2022 Roberto Fragale è docente al corso della Scuola Nazionale di Formazione FIKBMS per la formazione dei Tecnici della Federkombat (2° Livello SNaQ- Coni) con una VIDEO-lezione FISILOGIA DELLO SPORT “i sistemi energetici” . (3 ore)

MERCOLEDI 22 Febbraio 2022 Roberto Fragale è docente al corso della Scuola Nazionale di Formazione FIKBMS per la formazione dei Tecnici della Federkombat (2° Livello SNaQ- Coni) con una VIDEO-lezione FISILOGIA DELLO SPORT “l’attivazione neuro-muscolare”. (3 ore)

LUNEDI 21Marzo 2022 Roberto Fragale è docente al corso della Scuola Regionale di Formazione FIKBMS per la formazione dei Tecnici della Federkombat (1° Livello SNaQ- Coni) con una VIDEO-lezione ANATOMIA e FISILOGIA “Aspetti anatomo-fisiologici dell’allenamento in età evolutiva,- tappe auxologiche e fasi sensibili dell’apprendimento motorio” . (3 ore)

MARTEDI 22 Marzo 2022 Roberto Fragale è docente al corso della Scuola Regionale di Formazione FIKBMS per la formazione dei Tecnici della Federkombat (1° Livello SNaQ- Coni) con una VIDEO-lezione sulla “Periodizzazione, Pianificazione e Programmazione dell’allenamento sportivo“ . (3 ore)

SABATO 26 Marzo 2022 Roberto Fragale è docente al corso della Scuola Nazionale di Formazione FIKBMS per la formazione dei Tecnici della Federkombat (2° Livello SNaQ- Coni) con una VIDEO-lezione METODOLOGIA DELL’ALLENAMENTO “Definizione di allenamento: il Carico, il recupero, la supercompensazione” . (2 ore)

SABATO 16 Aprile 2022 Roberto Fragale è docente al corso della Scuola Nazionale di Formazione FIKBMS per la formazione dei Tecnici della Federkombat (2° Livello SNaQ-

Coni) con una VIDEO-lezione METODOLOGIA DELL'ALLENAMENTO “ Mobilità articolare. Teoria basi neurofisiologiche. Principi dei metodi di stretching statico attivo e passivo e dei metodi di stretching dinamico”. (2 ore)

#### GIUGNO 2022

EDUCAMP CONI “Summer Sport Event” presso Palestra Comunale SCIENZE MOTORIE APPLICATE Scuola Fragale, via Vincenzo Cuoco n° 15 PISA  
- 2°quindicina di giugno : 17 bambini età dai 3 ai 14 anni

#### LUGLIO 2022

EDUCAMP “Summer Sport Event” presso Palestra Comunale SCIENZE MOTORIE APPLICATE Scuola Fragale, via Vincenzo Cuoco n° 15 PISA  
- 1°quindicina di luglio : 25 bambini età dai 3 ai 14 anni  
- 2°quindicina di luglio : 24 bambini età dai 3 ai 14 anni

#### OTTOBRE 2022

Ottobre: organizzazione riunione nazionale dei Pionieri della kickboxing dal 1972 al 1982  
E presentazione anteprima del libro di prossima uscita a cura di Luigi Merlini, membro illustre della Scuola Arti Marziali Fragale.

#### NOVEMBRE 2022

c/o centro sportivo di Scienze motorie Applicate delle Scuola Fragale di Pisa-  
Torneo educativo formativo di avviamento allo sport: “il guerriero” con oltre 100 bambini partecipanti provenienti da varie società toscane.

#### NOVEMBRE 2022

6 NOVEMBRE partecipazione con 14 atleti ai campionati regionali toscani della Federkombat a Castelfiorentino

2 Novembre 2022 Roberto Fragale è docente al corso della Scuola Regionale di Formazione FIKBMS della Toscana per la formazione degli ISTRUTTORI toscani della Federkombat con una VIDEO-lezione sulla “Tipologia della muscolatura” (3 ore)

4 Novembre partecipazione alla Valdinievole Fighting Cup a Monsummano Terme

26 novembre partecipazione alla convention regionale toscana Federkombat a Montecatini Terme.

## **Attività frequentata ed organizzata nell'anno 2023**

20 febbraio apertura e presentazione del corso per tecnico federale 3° Livello SNaQ della Scuola Nazionale di Formazione a cura di Roberto Fragale (coordinatore e docente della Scuola Nazionale) e del Presidente Federale Donato Milano.

6 marzo guida al projet work del corso nazionale per tecnico federale 3° Livello SNaQ

13 marzo guida al projet work del corso nazionale per tecnico federale 3° Livello SNaQ

21 aprile lezione al corso nazionale per tecnico federale 3° Livello SNaQ PRESSO centro preparazione Olimpica Acqua Acetosa in Roma: organizzazione dell'allenamento

22 APRILE lezione al corso nazionale per tecnico federale 3° Livello SNaQ PRESSO centro preparazione Olimpica Acqua Acetosa in Roma: TEST e misurazioni nello sport

23 aprile lezione al corso nazionale per tecnico federale 3° Livello SNaQ PRESSO centro preparazione Olimpica Acqua Acetosa in Roma: LA PERIODIZZAZIONE DELL'ALLENAMENTO

23 aprile lezione al corso nazionale per tecnico federale 3° Livello SNaQ PRESSO centro preparazione Olimpica Acqua Acetosa in Roma: I sistemi energetici nell'esercizio intenso (produzione accumulo e smaltimento del lattato)

5 maggio lezione al corso nazionale per tecnico federale 3° Livello SNaQ principi di biomeccanica applicata allo sport

6 MAGGIO: PRESSO CENTRO SCIENZE MOTORIE IN PISA (SCUOLA FRAGALE) organizzazione del 66° meeting sociale IL GUERRIERO ... con circa 100 bambini e ragazzi dai 3 ai 17 anni con prove di vari percorsi motorie a varie difficoltà e prove tecniche. Circa cinquanta adulti seniores e master e veterani in prove tecniche sul ring con tre incontri ciascuno.

17 MAGGIO: prima delle 5 lezioni ADE (attività didattica esperienziale) sugli sport da combattimento agli studenti universitari della facoltà di scienze motorie università di Pisa. Docenti: Federico Fragale e Giulia Quintavalle.

18 MAGGIO: lezione al corso nazionale per tecnico federale 3° Livello SNaQ functional movement system

21 MAGGIO: Roberto Fragale tiene una lezione (4 ore- 09,00/13,00) al corso regionale per il Comitato Regionale Sardegna: Teoria e metodologia dell'allenamento.

16 GIUGNO: lezione al corso nazionale per tecnico federale 3° Livello SNaQ PRESSO centro preparazione Olimpica Acqua Acetosa in Roma: test di valutazione dell'atleta

17 GIUGNO: lezione al corso nazionale per tecnico federale 3° Livello SNaQ PRESSO centro preparazione Olimpica Acqua Acetosa in Roma: IL TALENTO

18 GIUGNO: consegne project work e verifiche finali al corso nazionale per tecnico federale 3° Livello SNaQ PRESSO centro preparazione Olimpica Acqua Acetosa in Roma:

27. GIUGNO Roberto Fragale presenza in commissione esaminatrice per la presentazione online dei Project Work. Per il corso di Tecnico federale 3° Livello SNaQ Coni.

28. GIUGNO Roberto Fragale presenza in commissione esaminatrice per la presentazione online dei Project Work. Per il corso di Tecnico federale 3° Livello SNaQ Coni.

30. GIUGNO Roberto Fragale presenza in commissione esaminatrice per la presentazione online dei Project Work. Per il corso di Tecnico federale 3° Livello SNaQ Coni.

14-15 SETTEMBRE Roberto Fragale Invitato dalla Federkombat, assieme a Palombo Lucia sono ospiti della federkombat per la cerimonia dei festeggiamenti di entrata della federkombat come FSN del CONI presso la sala delle cerimonie al palazzo del Coni in Roma.

23 SETTEMBRE la Scuola per mezzo dei tecnici Roberto Fragale, Federico Fragale, Luca Costanza, con propri atleti di kickboxing, Muay Thai e Ginnastica al femminile partecipa alla notte bianca dello sport in Piazza XX settembre davanti al comune di Pisa, con specifiche dimostrazioni della propria attività sportiva, salutare e formativa.

14 e 15 OTTOBRE Roberto Fragale e Luigi Merlini si recano a Bari a trovare il Maestro pioniere della kickboxing nel mondo Jean Paul Pace per raccogliere notizie circa la nascita, sviluppo e storia della Kickboxing in Europa e in Italia allo scopo di scrivere un libro su questi temi.

27 NOVEMBRE partecipazione con 35 atleti giovanile, juniores e senior alla manifestazione sportiva di sport-inclusione TUTTI AL CENTRO con il patrocinio comune e provincia di Pisa... organizzato presso il vicino centro sportivo del dream volley ai PASSI.

15 DICEMBRE: Roberto Fragale tiene una lezione (2 ore- 20,30/21,30) al corso regionale per il Comitato Regionale Toscano: Metodologia didattica della tecnica, tattica e strategia.

17 DICEMBRE meeting de ILGUERRIERO organizzato dalla nostra società sportiva con il patrocinio del Comune di Pisa presso la nostra sede ai Passi dal mattino alle 09,00 fino alla sera alle 18,00.

Partecipazione delle classi: 3-5 anni con prove di psicomotricità... 6-8 anni con prove di pre-acrobatica e propedeutica allo sviluppo delle capacità e abilità coordinative.... 9-12 anni con prove di acrobatica, propedeutica allo sviluppo delle abilità coordinative e qualità condizionali prove tecniche di combattimento.... Nel pomeriggio juniores e seniores suddivisi per fasce di età, e peso partecipano ad un torneo di combattimenti di kickboxing con atleti delle scuole satelliti del nostro centro sportivo.

17 DICEMBRE a bagno a Ripoli 19 atleti iscritti dalla nostra scuola con il coach Barbensi Stefano, al torneo "botte di Natale" competizione non istituzionale organizzata dalla Federkombat tramite società della Kickboxing e Muay Thai.

18 DICEMBRE: Roberto Fragale tiene una lezione (2 ore- 20,30/21,30) al corso regionale per il Comitato Regionale Toscano: Metodologia didattica della tecnica, tattica e strategia.

# Attività frequentata ed organizzata nell'anno 2024

25 GENNAIO: Roberto Fragale è docente al corso regionale per il Comitato Regionale Toscano: con una VIDEO-lezione PERIODIZZAZIONE DELL'ALLENAMENTO

27 GENNAIO: ROBERTO FRAGALE, COME RAPPRESENTANTE DELLA NOSTRA SOCIETA', PARTECIPA ALLA ASSEMBLEA NAZIONALE STRAORDINARIA DELLA FEDERAZIONE FEDERKOMBAT .... PER DISCUTERE E VOTARE LE NUOVE MODIFICHE DELLO STATUTO NAZIONALE.

29 GENNAIO: Roberto Fragale è docente al corso della Scuola Nazionale di Formazione FIKBMS per la formazione dei Tecnici della Federkombat (2° Livello SNaQ- Coni) con una VIDEO-lezione SISTEMI ENERGETICI (2 ore)

1 FEBBRAIO: Roberto Fragale è docente al corso della Scuola Nazionale di Formazione FIKBMS per la formazione dei Tecnici della Federkombat (2° Livello SNaQ- Coni) con una VIDEO-lezione ATTIVAZIONE NEURO-MUSCOLARE (2 ore)

4 FEBBRAIO: la scuola partecipa alla seconda fase dei Campionati regionali Toscani di Kickboxing con 32 Atleti tra cadetti, juniores e seniores, maschi e femmine . Capo delegazione: Roberto Fragale, accompagnatori: Lucia Palombo, Massimo Tetti, I Coach: Federico Fragale, Barbensi Stefano, Carlo Cinquini e Luciano Pinato.

14 FEBBRAIO: Roberto Fragale è docente al corso della Scuola Nazionale di Formazione FIKBMS per la formazione dei Tecnici della Federkombat (2° Livello SNaQ- Coni) con una VIDEO-lezione METODI DI ALLENAMENTO DELLA FORZA MUSCOLARE (2 ore)

26 FEBBRAIO: la scuola Fragale partecipa alla gara RONIN KICKBOXING GAMES di SESTO FIORENTINO con 18 bambini accompagnati dal coach Stefano Barbensi

29/30 FEBBRAIO: partecipato al CRITERIUM 2024 e alla COPPA DEL PRESIDENTE 2024 della FEDERKOMBAT a IESOLO con 11 atleti iscritti accompagnati dai coach Fragale Federico e Stefano Barbensi.

5 MARZO: Roberto Fragale è docente al corso della Scuola Nazionale di Formazione FIKBMS per la formazione dei Tecnici della Federkombat (2° Livello SNaQ- Coni) con una VIDEO-lezione METODI DI ALLENAMENTO DELLE CAPACITÀ COORDINATIVE (2 ore)

16 MARZO: Roberto Fragale è docente al corso della Scuola Regionale di Formazione del Comitato SARDEGNA della FEDERKOMBAT per la formazione degli ISTRUTTORI (1° LIVELLO SNaQ del CONI) con una VIDEO-lezione sulla PERIODIZZAZIONE DELL'ALLENAMENTO (2 ore)

17 MARZO: Roberto Fragale è docente al corso della Scuola Regionale di Formazione del Comitato SARDEGNA della FEDERKOMBAT per la formazione degli ISTRUTTORI (1°

LIVELLO SNaQ del CONI) con una VIDEO-lezione sulla VALUTAZIONE FUNZIONALE A SUPPORTO DELLA PRESTAZIONE (2 ore)

17 MARZO: la scuola Fragale partecipa alla gara FIGHR REVOLUTION 4 a Carmignano (PRATO) con 20 ATLETI accompagnati dai coach Federico Fragale, Carlo Cinquini e Luciano Pinato e Stefano Barbensi... accompagnatori Roberto Fragale e Lucia Palombo

24 MARZO: LA SCUOLA PARTECIPA AL TORNEO SUPER SAJAN A LIVORNO con 23 allievi iscritti... coach accompagnatori Stefano Barbensi e Luciano Pinato.

25 MARZO: Roberto Fragale è docente al corso della Scuola Nazionale di Formazione FIKBMS per la formazione dei Tecnici della Federkombat (2° Livello SNaQ- Coni) con una VIDEO-lezione DIRITTI DEL BAMBINO SPORTIVO, DOVERI DELL'ISTRUTTORE EDUCATORE, OBIETTIVI DELL'ATTIVITA' GIOVANILE (2 ore)

27 MARZO: Roberto Fragale è docente al corso della Scuola Nazionale di Formazione FIKBMS per la formazione dei Tecnici della Federkombat (2° Livello SNaQ- Coni) con una VIDEO-lezione aspetti anatomo-fisiologici dell'allenamento in età evolutiva. Tappe auxologiche e fasi sensibili dell'apprendimento motorio . specializzazione prematura.  
(2 ore)

11-12-13 APRILE 2024 LA SCUOLA FRAGALE partecipa a Lignano Sabbia d'oro ai campionati italiani FEDERKOMBAT cadetti con 3 allievi, al trofeo Italia cadetti con 4 allievi e al trofeo Italia sperimentale con 4 allievi... seguiti dal coach accompagnatore: Stefano Barbensi.

28 APRILE 2024 LA SCUOLA FRAGALE partecipa con 57 atleti alle manifestazioni federali della FEDERKOMBAT svolte a Prato- Gli atleti della scuola partecipano al torneo "Mal di Testa" con 26 iscritti di Kick Light e 2 atleti di Low Kick , nella stessa giornata e stessa manifestazione e palazzetto, 11 atleti sono impegnati nella competizione trofeo CONI selezione regionale, e altri 18 atleti partecipano al torneo Mega Punch Heroes. Gli atleti sono seguiti dai coach: Federico Fragale, Luciano Pinato, Stefano Barbensi e Carlo Cinquini. Altri accompagnatori della trasferta: Palombo Lucia e Tetti Massimo. Capodelegazione Roberto Fragale.

25 MAGGIO 2024 la scuola Fragale partecipa ai campionati italiani FEDERKOMBAT, trofeo Italia con 11 atleti, accompagnati dai coach Federico Fragale e Stefano Barbensi

29 GIUGNO 2024 la scuola Fragale partecipa a Livorno ad una gara non istituzionale FEDERKOMBAT con 3 atleti, accompagnati dai coach Federico Fragale

13 OTTOBRE 2024 la scuola Fragale partecipa a Figline Val d'Arno alla gara di corsa estrema endurance denominata "INFERNO MUD RUN" partecipano: capitanati dal tecnico Federico Fragale , Gabriele Carrani, Alessandro Lonzi, Lorenzo Lonzi e Federica Mangiameli.

9 NOVEMBRE 2024 la Scuola Fragale organizza i festeggiamenti per il 50esimo dalla nascita della Scuola Fragale 1974/2024... invitati Presidente regionale Federkombat Moreno Sanità e Presidente nazionale della Federkombat Donato Milano, e da tutta Italia vari campioni dei primordiali tempi. Premiati Roberto Fragale con il 7° grado della cintura nera e targhe a 14 ospiti esterni. Presenti un centinaio di persone al buffet aperitivo. La serata conclusa al ristorante "I CONDOTTI" in cui la scuola ha offerto cena a circa 50 persone invitate ed ospitate in Hotel.

16-17 NOVEMBRE Roberto Fragale durante la convention 2024 del Comitato Regionale Toscano è docente al corso indetto dalla Scuola Regionale di Formazione FEDERKOMBAT per la formazione dei Tecnici FEDERALI DI 1° Livello equiparati al 1° Livello SNaQ- Coni con due lezioni : il 16 sui metabolismi energetici nello sport (2 ore) e il 17 sull'organizzazione e periodizzazione dell'allenamento (2 ore) Lucia Palombo e Roberto Fragale sono ospiti del CRT ed altri due tecnici partecipano alla convention come stagisti.

23 NOVEMBRE 2024 Roberto Fragale tiene una lezione on-line al corso regionale per Tecnici 1° Livello della Federkombat equiparato al 1° Livello Tecnico SNaQ-Coni sugli argomenti: “Principi di Pedagogia dello sport – Compiti e ruoli degli istruttori di SDC (2 Ore)

24 NOVEMBRE 2024 la Scuola Fragale partecipa ai Campionati Regionali con **40 atleti** : 15 atleti assistiti dal coach Barbensi Stefano, 4 atleti assistiti dal coach Carlo Cinquini , 15 atleti assistiti dal coach Federico Fragale e 6 atleti assistiti dal coach Gianpaolo Parlanti.

11 DICEMBRE 2024 mercoledì; la Scuola Fragale organizza la Cena di Natale per gli atleti agonisti della palestra presso il ristorante I CONDOTTI a Ghezzano con 42 atleti. Con illusionista e estrazione premi con articoli tecnici offerti dalla Scuola Fragale.

13 DICEMBRE Venerdì; la Scuola Fragale partecipa come co-organizzatrice con Merlini luigi nel “Comitato Veterani”, alla cena (presso il ristorante da Macedo di Stiava) per gli auguri di Natale con 70 maestri storici delle arti marziali e sport da combattimento. Con illusionista e estrazione premi con articoli tecnici offerti dalla Scuola Fragale.

15 DICEMBRE 2024 la Scuola Fragale Partecipa al torneo “Botte di Natale” di Bagno a Ripoli con 28 atleti: 4 atleti seguiti dal Coach Carlo Cinquini; 15 atleti seguiti dal Coach Stefano Barbensi coadiuvato da Stefano Monti e 9 atleti seguiti dal Coach Luciano Pinato.

21-22-23 DICEMBRE 2024 la Scuola Fragale presenza con i suoi rappresentanti Lucia Palombo e Roberto Fragale, (impegnati per sabato, domenica, lunedì) alla convention e festeggiamenti per l'avvenuto conferimento del “collare d'oro al merito sportivo” al Presidente Federale Donato Milano, organizzati a Gioia del Colle (BARI).

## Attività frequentata ed organizzata nell'anno 2025

19 GENNAIO 2025 la scuola Fragale partecipa all'evento “VALDINIEVOLE FIGHT CUP” con 13 atleti. Di cui 6 atleti accompagnati dal coach Gian Paolo Parlanti, e 7 atleti accompagnati dal coach Federico Fragale.

19 GENNAIO 2025 la scuola Fragale partecipa all'evento Campionati Regionali 2025 contatto pieno con 4 atleti, di cui 2 atleti accompagnati dal coach Carlo Cinquini e 2 atleti accompagnati dal coach Federico Fragale.