

## **Stage di Arnis Koredas System 2-3 maggio 2009 a Parma**

Sabato 2 e domenica 3 maggio 2009 si è svolto lo stage di Arnis Koredas System con il caposcuola Mitchell Tsia King Fung, organizzato dalla FIMASD. Il lavoro per questo stage ha esordito col Filipino Silat del M° Oliver Bersabal. Il lavoro si è basato sulle varie tecniche a mani nude e fasi di coordinamento del corpo per un lavoro di precisione e percussione sulle parti sensibili del corpo, e lavoro di rifinitura allo scopo di sviluppare un controllo totale dell'avversario. Si è terminato il sabato col coltello sui 12 angoli, lavoro di controllo della mano libera in adeguamento con quella che mantiene il coltello. La domenica, il lavoro si è basato essenzialmente sul bastone singolo, schiacciamento, arm-lock e gestione dei contrattacchi con controllo e percussioni e finitura al suolo. Il M° Mitchell si è dimostrato ancora una volta una grande persona oltre ad un grande e preparato insegnante e combattente. Ha fatto i complimenti per il lavoro fin qui svolto e per la progressione tecnica che ha visto negli anni da parte del I° istruttore Samuele e del II° istruttore Giuseppe e dei loro allievi. Il prossimo appuntamento sarà in autunno.



