



ФЕДЕРАЦИЯ ДЗЮДО РОССИИ

Общероссийская общественная организация «Федерация дзюдо России», ИНН 7704038420, ОГРН 1027700502741

Регламент

**Практический семинар по подготовке тренеров и специалистов дзюдо
«Методика обучения технике дзюдо на учебно-тренировочном этапе». Модуль 1.**

Дата: с 31 октября по 01 ноября 2026 г.

Место проведения: г. Москва, ул. Мытная д. 42, стр. 1 ЦСиО Самбо-70
Москомспорта, отделение Шаболовка

Организаторы:

- **(Организатор 1)** Общероссийская общественная организация «Федерация дзюдо России»
- **(Организатор 2)** Региональная общественная организация «Федерация дзюдо Москвы»

- **От Организатора 1** - Эксперт ФДР – Кулдин Евгений Львович

Техническая поддержка – Смирнов Дмитрий Анатольевич, контакты:

dsmirnov@judo.ru, +7(903)964-2761.

От Организатора 2- Хаустов Александр Андреевич тел: +79150610108

Программа:

31 октября 2026 г. (суббота) День приезда участников		
09:30 - 10:00	Регистрация участников	
Тренировка 1		
10:00 - 11:00	Открытие семинара. Разминка. Базовая работа по передвижениям и взаимодействиям в позициях Ай и Кэнка Ёцу. Работа в захватах - Куми ката.	ЦСиО Самбо-70 Москомспорта, отделение Шаболовка
11:00 - 12:00	Тачи ваза. Методика обучения Сасаэ цурикоми аши. Комбинации.	
12:00-13:00	Нэ ваза. Методика обучения Санкаку гатамэ	
13:00 - 15:00	Перерыв	
Тренировка 2		
15:00-16:00	Нэ ваза. Обучение Удэ хишиги дзюдзи гатамэ. Переход к Уки гатамэ. Удэ хишиги удэ гатамэ.	ЦСиО Самбо-70 Москомспорта, отделение Шаболовка



ФЕДЕРАЦИЯ ДЗЮДО РОССИИ

Общероссийская общественная организация «Федерация дзюдо России», ИНН 7704038420, ОГРН 1027700502741

16:00 - 17:00	Тачи ваза. Методика обучения Коши гурума. Комбинации.	
17:00-18:00	Тачи ваза. Методика обучения Косото гакэ и Тани отоши. Комбинации.	
01 ноября 2026г. (воскресенье)		
Тренировка 3		
10:00 - 11:00	Разминка. Нэ ваза. Обучение Дзюдзи джимэ (Нами, Ката, Гяку).	ЦСиО Самбо-70 Москомспорта, отделение Шаболовка
11:00 - 12:00	Тачи ваза. Методика обучения Хараи гоши. Комбинации.	
12:00-13:00	Тачи ваза. Методика обучения Учи мата. Комбинации.	
13:00 - 15:00	Перерыв	
Тренировка 4		
15:00 - 16:00	Нэ ваза. Обучение Окури эри и Катаха джимэ.	ЦСиО Самбо-70 Москомспорта, отделение Шаболовка
16:00 - 17:00	Тачи ваза. Методика обучения Сэой отоши. Комбинации.	
17:00-18:00	Тачи ваза. Методика обучения Томоэ нагэ. Комбинации. Подведение итогов семинара, ответы на вопросы	

Настоящий регламент является основанием для командирования тренеров для участия в семинаре.

Форма одежды:

Дзюдоги белого цвета, сменная обувь.

Проживание: Самостоятельно

Информация о семинаре на сайте Федерации дзюдо России:

<https://judo.ru/events/17292>



ФЕДЕРАЦИЯ ДЗЮДО РОССИИ

Общероссийская общественная организация «Федерация дзюдо России», ИНН 7704038420, ОГРН 1027700502741

Регистрация в автоматизированной информационной системе LSport для участия в семинаре **обязательна до 12.00 часов 30 октября** с.г., ссылка на регистрацию:

<https://lsport.net/Event/Details/cd2dd796-0656-4997-adac-75e80a025f21?typeID=470&orgID=65f28fb3-ccf6-43ae-a14c-1b830d42c732&blank=true>

В случае невозможности участия по каким-либо причинам зарегистрированному участнику необходимо уведомить секретаря **не позднее, чем за два дня до проведения семинара**: Смирнов Дмитрий Анатольевич, контакты: dsmirnov@judo.ru, +7(903)964-2761.

Версия для сайта