



Curriculum Tecnico

Andrea Vignola

- Istruttore M.G.A. (Metodo Globale Autodifesa) F.I.J.L.K.A.M.
Difesa Personale Ufficiale in linea con Art.52 e 55 del Codice Penale.
Metodo non violento e contro la violenza.



Licenza Federale n. 430371

- Insegnante Tecnico Judo F.I.J.L.K.A.M.
(Federazione Italiana Judo Lotta Karate e Arti Marziali) riconosciuta dal C.O.N.I.
- Cintura nera 2° Dan di Judo.
- Iscritto alla F.I.J.L.K.A.M. ed al Sekai Budo Pordenone dal Novembre 1973, seguito dai Maestri Augusto Zanon e dal Maestro giapponese 6° Dan, Tsusuyama Takara al tempo insegnante della polizia di Tokyo.
- Livello agonistico raggiunto nel Judo : Campione Italiano.
- Abilitato come Esecutore di Rianimazione cardiopolmonare di base e defibrillazione precoce per la Comunità BLS
- Docente di Legittima Difesa Personale presso UTE San Vito al Tagliamento
- Docente di Legittima Difesa Personale presso UTEA Cordenons

COLLABORAZIONI

Comune di Pordenone, Comune di Cordenons, Comune di San Vito al Tagliamento, Comune di Fontanafredda, Comune di Fiume Veneto, Comune di Roveredo in Piano, Confcommercio, Confartigianato, Ufficio V° Ambito Territoriale per la Provincia di Pordenone di Educazione Motoria Fisica e Sportiva, ISIS Kennedy Pordenone, IPSIA Zanussi Pordenone, ISS Flora Pordenone, ITC Pertini geometri Pordenone, ISIS Mattiussi Ragioneria Pordenone, Liceo Grigoletti Pordenone, Liceo Leopardi Majorana Pordenone, Liceo Vendramini Pordenone, ISIS Filandiere San Vito al Tagl.to, ISIS Sarpi san Vito al Tagl.to, Sperimentale Linguistico ISIS Pujati Sacile, ISS Marchesini, ISIS e ITGC Carniello Brugnera, IPSIA Della Valentina Sacile, Asd Sekai Budo Pordenone, Asd Judo Club San Vito, Asd Judo Club Fenati Spilimbergo, Asd Shidokan 2018, Asd Ginnastica & Danza Torre, Asd Chions Insieme, SSD Melody Fit Cordenons, Dance Mob Pordenone, ASD Joy Dance Fontanafredda, APD Polisportiva Nord Pordenone, Università Terza Età UTE San Vito al Tagl.to, Università Terza Età e Adulti UTEA Cordenons, Qualitas Servizi Bibione, IRSS Udine, Project 79, Camping Capalonga, Tridente, Lido, Bibione Pineda, Bibione Mare Spa, Ascom Pordenone, Panathlon Club Pordenone Lady Avventura, Fiera del Benessere Bannia di Fiume Veneto, Two Sport Week Asdc Fiume Bannia, Oratorio Giovanni Paolo II Porcia.

Corsi ed iniziative organizzati ed in programmazione :

- **MGA Legittima Difesa Personale** riservato alle donne in occasione della 25 Novembre 2022 giornata mondiale contro la violenza sulle donne..
OPEN DAY con il patrocinio del **Comune di Pordenone e San Vito al Tagliamento**, in collaborazione con ASD Sekai Budo Pordenone (10.00-12,00), APD Polisportiva Nord(14,00-16,00), Judo Club San Vito(18,00-20,00).
Lezioni, nozioni, distribuzione brochure con spiegazioni e strategie comportamentali, gadget e attestato finale. Per l'occasione raccolta fondi per LA **VIA DI NATALE**.
- Corso di MGA Legittima Difesa Personale c/o **l'Istituto " E. VENDRAMINI " di Pordenone** novembre /dicembre 2022 su progetto della Prof.ssa Elena Bardelli.
- MGA Legittima Difesa Personale aperto a tutti organizzato da **ASD JOY DANCE** a Nave di Fontanafredda (Pn) A partire da settembre ore 19,30 alle 20,30.
- Corso di MGA Legittima Difesa Personale aperto a tutti, presso **ASD Ginnastica&Danza** presso la palestra del Liceo Grigoletti ottobre/dicembre ore 19,30 alle 20,30.
- **Legittima Difesa Personale MGA** aperto a tutti ogni mercoledì dalle 19,30 alle 20,30 presso ASD Judo San Vito maggio/giugno settembre/dicembre 2022.
- **Legittima Difesa Personale MGA** aperto a tutti ogni sabato dalle 14,30 alle 15,30 presso Qualitas Servizi a Bibione. Prima lezione 1 ottobre 2022
- **Legittima Difesa Personale MGA** aperto a tutti ogni mercoledì dalle 19,30 alle 20,30 presso ASD Judo San Vito aprile/giugno 2022.
- Corso di Legittima Difesa Personale c/o **l' I.S.I. S. " Marchesini Sacile, (Pn)**. Riservato alle classi 4 e Marzo / Aprile 2022 su progetto dei Proff. Bressan., Gasparini, Ortolan
- Corso di Legittima Difesa Personale c/o **l' I.P.S.I.A. Della Valentina Sacile (Pn)**. Riservato alle classi 4 e Marzo / Aprile 2022 su progetto Prof. Irene Cover
- Corso di Legittima Difesa Personale c/o **l' I.P.S.I.A Carniello Brugnera, (Pn)**. Riservato alle classi 4 e Marzo / Aprile 2022 su progetto Prof. De Pieri,
- MGA Legittima Difesa Personale riservato alle donne organizzato da **ASD JOY DANCE** con il patrocinio del **Comune di Fontanafredda (Pn)** Tre lezioni da venerdì 25 Marzo cadenza settimanale presso oratorio di Nave di Fontanafredda
- MGA Legittima Difesa Personale riservato alle donne in occasione della Festa della Donna 2022
Con il patrocinio del **Comune di San Vito al Tagliamento (Pn)** su iniziativa dell'Assessorato allo Sport ed alle Pari Opportunità, in collaborazione con ASD Judo Club San Vito. Dal 6 Aprile 6 lezioni a cadenza settimanale a partecipazione gratuita presso il palazzetto di Ligugnana.

- Corso di Legittima Difesa Personale c/o il liceo " **Le Filandiere** " di **San Vito al Tagliamento (Pn)** marzo/aprile 2022 classi 3^a e su progetto dei proff. di scienze motorie Garripoli, Tre, Ornella Piccoli, Zorzetto.
- **OPEN DAY di Legittima Difesa Personale MGA** presso ASD Judo San Vito ed in collaborazione con il comune di San Vito al Tagliamento, in occasione della giornata Mondiale contro la Violenza sulle donne. Partecipazione gratuita. Sabato 27 Novembre 2021
- Corso di **MGA Metodo Globale di Autodifesa** antiaggressione presso l' **A.S.D. Judo Club San Vito** Inizio Novembre 2021 ogni mercoledì al Palazzetto Ligugnana. Aperto a tutti.
- **OPEN DAY di Legittima Difesa Personale MGA** presso la palestra Sekai Budo Pordenone, in occasione della giornata Mondiale contro la Violenza sulle donne. Partecipazione gratuita. Sabato 27 Novembre 2021
- Corso di MGA Metodo Globale di Autodifesa FIJLKAM antiaggressione presso **A.P.D. Pordenone Nord** c/o palestra via Planton Pordenone . Aperto a tutti e non violento. Inizio corso Giovedì 4 Novembre 2021
- Corso di MGA Metodo Globale di Autodifesa FIJLKAM antiaggressione presso **A.P.D. Pordenone Nord** c/o palestra scuola primaria Lombardo Radice . Aperto a tutti e non violento. Inizio corso martedì 5 Ottobre 2021.
- Corso di MGA Legittima Difesa Personale riservato alle donne, seconda sessione, in collaborazione e con il patrocinio del **Comune di San Vito al Tagliamento (Pn)** su iniziativa dell'Assessorato allo Sport, alle Pari Opportunità ed alla Sicurezza, in collaborazione con ASD Judo Club San Vito Ottobre/Novembre 2021
- Corso e nozioni **per bambini** sull'equilibrio, ginnastica propedeutica e metodi comportamentali nelle arti marziali giapponesi. Nozioni di difesa personale di base presso la palestra Galini, durante i **punti verdi** luglio 2021
- Corso di MGA Legittima Difesa Personale organizzato da **I.R.S.S. ed il Comando di Polizia Locale di Roveredo in Piano -Pn-** riservato alle donne. Luglio/Agosto 2021
- Corso di Legittima Difesa Personale MGA c/o **ISIS Paolo Sarpi di San Vito al Tagliamento (Pn)** Febbraio/Marzo 2020 su progetto della prof. Daniela Zuliani
- Corso di Legittima Difesa Personale c/o **I'.S.I.S. " PUJATI " di Sacile (Pn)** febbraio/Marzo 2020 su progetto dei proff. Mario Piccin, Daniela Lollo.
- Corso di Legittima Difesa Personale c/o **I'.S.I. S. " Marchesini " Sacile, Carniello Brugnera, Della Valentina Sacile (Pn).** Gennaio / Marzo 2020 su progetto dei Proff. Bressan, De Pieri, Gasparini
- **OPEN DAY di Legittima Difesa Personale MGA** presso la palestra Sekai Budo Pordenone, in occasione della giornata Mondiale contro la Violenza sulle donne. Partecipazione completamente gratuita. 23 Novembre 2019

- Corso di MGA Legittima Difesa Personale Antibullismo in collaborazione e con il patrocinio del **Comune di Pordenone settore Vigilanza e Sicurezza e la Polizia Locale** per gli **Istituti Superiori Kennedy, Leopardi-Majorana, Pertini, Mattiussi, Grigoletti, Flora, Zanussi**. Novembre/Dicembre 2019
- Corso di MGA Legittima Difesa Personale organizzato da **Confcommercio e Confartigianato 2^a** Sessione su iniziativa del Comune di Cordenons e in collaborazione con il Comune di Pordenone ed il Comando di Polizia Locale, riservato a commercianti ed artigiani. Novembre/Dicembre 2019
- Presso **Università della Terza Eta'** San Vito al Tagliamento presentazione /conferenza in occasione di **Pianeta Donna e Pianeta Uomo** del Metodo Globale di Autodifesa FIJLKAM per la promozione di un corso specifico a loro dedicato.
- Dimostrazione e lezione aperta a tutti del Metodo Globale di Autodifesa c/o evento **Fiume Benessere di Bannia di Fiume Veneto**, in collaborazione con le Associazioni locali, domenica 22 Settembre 2019
- Corso di MGA Metodo Globale di Autodifesa FIJLKAM antiaggressione presso **A.S.D. Shidokan2018** c/o palestra San Gregorio a Pordenone. Aperto a tutti e non violento. Settembre/Dicembre 2019
- Corso di MGA Legittima Difesa Personale organizzato in collaborazione con **Melody Fit** palestra di fitness e preparazione atletica. Sinergia a completamento della preparazione fisica applicata a tecniche e strategie di difesa personale legittima. Settembre /Dicembre 2019.
- Corso di MGA Legittima Difesa Personale organizzato da **Associazione Studi e ricerche per IJF Kennedy** di Pordenone in occasione dei **Punti Verdi Tecnici** riservato agli iscritti di tutta la provincia provenienti dalla terza media. Maggio/ Giugno 2019
- Corso di MGA Legittima Difesa Personale organizzato da **I.R.S.S. ed il Comando di Polizia Locale di Roveredo in Piano -Pn-**, riservato alle donne. Maggio/ Giugno 2019
- Corso di MGA Legittima Difesa Personale organizzato da **Confcommercio e Confartigianato** su iniziativa del Comune di Cordenons e in collaborazione con il Comune di Pordenone ed il Comando di Polizia Locale, riservato a commercianti ed artigiani. Aprile Maggio 2019
- **Legittima Difesa MGA all' J.F. Kennedy di Pordenone – PON 2014-2020**
Progetti di inclusione sociale e lotta al disagio.
"Legittima Difesa Personale MGA per scoprire le proprie potenzialità"
In collaborazione con la Prof.ssa Michela Piccinini Maggio/Giugno 2019
- Corso di Legittima Difesa Personale c/o **I'I.S.I. S. " Marchesini "Sacile/Brugnera (Pn)** Gennaio / Maggio 2019 su progetto delle Prof.sse Bressan, De Pieri, Gasparini
- Corso di MGA Legittima Difesa Personale riservato alle donne, seconda sessione, in collaborazione e con il patrocinio del **Comune di San Vito al Tagliamento (Pn)** su iniziativa dell'Assessorato allo Sport, alle Pari Opportunità ed alla Sicurezza, in collaborazione con ASD Judo Club San Vito e la partecipazione delle Forze dell'Ordine di San Vito Febbraio /Marzo 2019

- *Legittima Difesa MGA all' **Isis Paolo Sarpi** San Vito al Tagliamento – PON 2014-2020 Progetti di inclusione sociale e lotta al disagio.
"Le Arti Marziali nella Legittima Difesa Personale MGA"
In collaborazione con la Prof.ssa Daniela Zuliani Febbraio/Aprile 2019*
- *Corso di Legittima Difesa Personale c/o il liceo " **Le Filandiere** " di San Vito al Tagliamento (Pn) febbraio/marzo 2019 classi 4^a e su progetto dei proff. di scienze motorie Garripoli, Tre.*
- *Legittima Difesa MGA all' Istituto Tecnico Statale del Settore Economico **Odorico Mattiussi Pordenone – PON 2014-2020**
Progetti di inclusione sociale e lotta al disagio per garantire l'apertura delle scuole oltre l'orario scolastico soprattutto nella aree a rischio e in quelle periferiche. In collaborazione con la Prof.ssa Donatella Biondo, tutor Dott.ssa Vianello*
- *Corso di MGA Metodo Globale di Autodifesa FIJLKAM antiaggressione presso **A.S.D. Shidokan2018** c/o palestra San Gregorio a Pordenone.
Aperto a tutti e non violento. Gennaio/Giugno 2019*
- *Corso di Legittima Difesa Personale c/o **I.I.S.I.S. " PUJATI " di Sacile** (Pn) Novembre 2018/ gennaio 2019 su progetto della Prof.ssa Alessandra Piccinini, Mario Piccin, Daniela Lollo, Tiziana Cavini.*
- *Su coordinamento dell' **Ufficio V° Ambito Territoriale per la Provincia di Pordenone di Educazione Motoria Fisica e Sportiva**
CORSO FORMAZIONE /AGGIORNAMENTO DI DIFESA PERSONALE MGA NELLA SCUOLA per Docenti di Educazione Motoria, Fisica e Sportiva delle Scuole Secondarie di I° e II° grado, Esperti di Scienze Motorie e Sportive del Friuli Venezia Giulia c/o Sekai Budo Pordenone 2 e 4 Ottobre 2018 . Presentazione c/o USP 27 Settembre ore 14,30 Coordinatore EMFS prof. Roberto Belcari.*
- *Corso di MGA Legittima Difesa Personale in collaborazione con **UTE (Università della Terza Età) di San Vito al Tagliamento** (Pn)
Inizio corso 1 ottobre 2018*
- *Corso di MGA Legittima Difesa Personale "IN...DIFESA" terzo appuntamento, in collaborazione e con il patrocinio del **Comune di Cordenons** ed **UTEA** di Cordenons aperto alla cittadinanza, su iniziativa dell'assessore Laura Recchia, Ufficio Servizi Sociali, ed Università della Terza Età ed Adulti di Cordenons . Inizio corso 5 Ottobre 2018.*
- *Corso di MGA Metodo Globale di Autodifesa antiaggressione presso **A.S.D. Sekai Budo Pasiano** c/o palestra scuole di Cecchini di Pasiano.
Aperto a tutti e non violento. In collaborazione con gli insegnanti Turcolin e Lusin.*
- *Metodo Globale di Autodifesa e Antibullismo all'evento **Two Sport Week** c/o il **Polisportivo Comunale di Fiume Veneto**, in collaborazione con ASDC Fiume - Bannia, Giugno/Luglio 2018*
- *Dimostrazione e lezione gratuita aperta a tutti del Metodo Globale di Autodifesa c/o evento **Fiume Benessere di Bannia di Fiume Veneto**, in collaborazione con le Associazioni locali , domenica 27 maggio 2018*

- Corso di Legittima Difesa Personale MGA c/o **ISIS Paolo Sarpi di San Vito al Tagliamento (Pn)** Maggio 2018 classi 2^a e 4^a su progetto dei proff. Massimo Rorato, Daniela Zuliani e Simonetta Birtig
- Corso di MGA Legittima Difesa Personale riservato alle donne, in collaborazione e con il patrocinio del **Comune di Fontanafredda, Comando Polizia Locale, IRSS** (Istituto di Ricerca e Sviluppo per la Sicurezza), Aprile/Giugno 2018
- Corso di MGA Legittima Difesa Personale c/o **l'Istituto " E. VENDRAMINI " di Pordenone** Aprile/Maggio 2018 su progetto della Prof.ssa Elena Bardelli
- Corso di MGA Legittima Difesa Personale riservato ai possessori di **Carte d'Argento** (over 65) in collaborazione e con il patrocinio del **Comune di Pordenone** assessorato alle Politiche Sociali ed **ASD Ginnastica&Danza** Aprile/Maggio 2018
- Corso di Legittima Difesa Personale c/o **il liceo " Le Filandiere " di San Vito al Tagliamento (Pn)** febbraio/marzo 2018 classi 4^a e su progetto dei proff. di scienze motorie Garripoli, Arcuri, Tre.
- Corso di MGA Metodo Globale di Autodifesa antiaggressione presso l' A.S.D. **Judo Club San Vito** Marzo/Giugno 2018 (Palazzetto Ligugnana). Aperto a tutti e non violento.
- Corso di MGA Metodo Globale di Autodifesa antiaggressione presso l' A.S.D **Judo Libertas Cordenons** Gennaio 2018.(Palestra Scuole De Amiciis).
- Corso di MGA Legittima Difesa Personale Antibullismo in collaborazione e con il patrocinio del **Comune di Pordenone settore Vigilanza e Sicurezza e la Polizia Locale** realizzato per gli **Istituti Superiori Kennedy, Mattiussi, Geometri, IPSIA**. Novembre/Dicembre 2017
- Corso di Legittima Difesa Personale in collaborazione con **ASD Ginnastica &Danza** c/o la palestra della S.M. Torre aperto a tutta la cittadinanza. Ottobre/Dicembre 2017
- Corso di Legittima Difesa Personale e Antibullismo MGA c/o **IPS FLORA Pordenone** antiviolenza ed antibullismo per le classi prime. Novembre 2017
- Corso di MGA Legittima Difesa Personale **"IN...DIFESA"** riservato alle donne, secondo appuntamento, in collaborazione e con il patrocinio del **Comune di Cordenons (Pn)** aperto alla cittadinanza, su iniziativa dell'assessore Laura Recchia ed Ufficio Servizi Sociali, Ottobre/Novembre 2017
- Corsi di MGA Legittima Difesa Personale in collaborazione con **UTE (Università della Terza Età) di San Vito al Tagliamento** (Pn) Ottobre/Novembre 2017
- Corso di MGA Legittima Difesa Personale riservato alle donne in collaborazione e con il patrocinio del **Comune di San Vito al Tagliamento (Pn)** su iniziativa dell'Assessorato allo Sport, alle Pari Opportunità ed alla Sicurezza, in collaborazione con ASD Judo Club San Vito e la partecipazione delle Forze dell'Ordine Ottobre/Novembre 2017

- Corsi di MGA Legittima Difesa Personale MGA e Judo nei **campeggi Capalonga,Tridente e Lido c/o Bibione Pineda stagione estiva 2017 (luglio /agosto) in collaborazione con Bibione Mare Spa e Project 79 .**
Partecipazione di ospiti da **Germania, Austria, Olanda, Danimarca, Cecoslovacchia,Bruxelles,Svizzera,Spagna,Slovenia e Italia.**
- Corso di MGA Legittima Difesa Personale c/o **l'Istituto " E. VENDRAMINI " di Pordenone** Aprile 2017 su progetto della Prof.ssa Elena Bardelli
- Corso di MGA Legittima Difesa Personale **"IN...DIFESA"** riservato alle donne in collaborazione e con il patrocinio del **Comune di Cordenons (Pn)** aperto alla cittadinanza, su iniziativa dell'assessore Laura Recchia, Aprile/Maggio 2017
- Corso di Legittima Difesa Personale c/o **ISIS Paolo Sarpi di San Vito al Tagliamento (Pn)** Marzo 2017 classi 1^a e 4^a su progetto delle prof.sse Daniela Zuliani e Simonetta Birtig
- Corso di Legittima Difesa Personale c/o **l'I.S.I.S. " PUJATI " di Sacile (Pn)** Aprile 2017 su progetto della Prof.ssa Tiziana Cavini classi 1^a e 4^a
- Corso di Legittima Difesa Personale c/o il liceo **" Le Filandiere " di San Vito al Tagliamento (Pn)** anno 2017 classi 4^a e 5^a su progetto dei prof. di scienze motorie Arcuri, Bassi,Del Pup, Garripoli
- Corso stabile evolutivo da settembre a giugno di MGA Metodo Globale di Autodifesa antiaggressione presso l' **A.S.D. Sekai Budo Pordenone** (ex fiera Via Molinari).
- Corso di Legittima Difesa Personale c/o il liceo **" Le Filandiere " di San Vito al Tagliamento (Pn)** anno 2016 classi 4e e 5e su progetto della Prof.sse Paola Arcuri e Rita Bassi
- Corso di Legittima Difesa Personale c/o la **palestra del Palazen, per il liceo scientifico " E. Majorana " di Pordenone** Marzo 2016 su progetto della Prof.ssa Annalisa Polese
- Corso di Legittima Difesa Personale c/o **l'Istituto " E. VENDRAMINI " di Pordenone** Gennaio/Febbraio 2016 su progetto della Prof.ssa Elena Bardelli
- Corso di Legittima Difesa Personale c/o **l'I.S.I.S. " PUJATI " di Sacile (Pn)** Gennaio/Febbraio 2016 su progetto delle Prof.sse Tiziana Cavini e Cristina Silvestrin

- Su coordinamento dell' **Ufficio V° Ambito Territoriale per la Provincia di Pordenone di Educazione Motoria Fisica e Sportiva**
CORSO FORMAZIONE /AGGIORNAMENTO DI DIFESA PERSONALE NELLA SCUOLA per Docenti di Educazione Motoria, Fisica e Sportiva delle Scuole Secondarie di I° e II° grado, Esperti di Scienze Motorie e Sportive del Friuli Venezia Giulia c/o Sekai Budo Pordenone 5 e 9 Novembre 2015. Coordinatrice prof.ssa Gladia Cozzi.
- Corso di Difesa Personale nell'ambito del Progetto Sicurezza organizzato e promosso da **ASCOM di Pordenone** a favore dei commercianti e loro collaboratori di tutta la provincia di Pordenone. In coordinamento con Dr. Riccardo Pederneschi.
- Corso presso l' A.S.D. **Judo Club Fenati Spilimbergo** di MGA ,Legittima Difesa Personale.
- Corsi di Legittima Difesa Personale c/o il liceo "**Le Filandiere**" di **San Vito al Tagliamento (Pn)** anno 2014 e anno 2015 classi 3e 4e e 5e su progetto della Prof.sse Cinzia Favero e Rita Bassi
- Corso di Legittima Difesa Personale e antibullismo per **I.S.I.S " il Tagliamento" a Spilimbergo** 2014 c/o la palestra del A.S.D. Fenati Spilimbergo, su progetto della Prof.ssa Mara Nespolo.
- Corso di difesa personale e antibullismo per il liceo **Classico di Pordenone** c/o la palestra del **Sekai Budo Pordenone**, su progetto della Prof.ssa Marinella Ambrosio
- Corsi ed aggiornamenti alle **Forze dell'Ordine Regionali F.V.G.**
(COISP c/o Palazzetto di Cicconicco di Fagagna -UD-)
- Corso di Metodo Globale di Autodifesa al **132° Brigata Corazzata Ariete** con tecniche specifiche di difesa e controllo di aggressioni, per incarichi di pattuglia sul territorio con forze dell'ordine. (progetto Strade Sicure).
- Corso di Legittima Difesa Personale al **Panathlon Club di Pordenone** in occasione di **Lady Avventura** ,organizzato su iniziativa di Panathlon Club.
- Corso di Legittima Difesa Personale **all'Associazione Chions Insieme** aperto a tutta la cittadinanza e le famiglie residenti a Chions di Azzano Decimo (Pn), su iniziativa del presidente dell'associazione Oscar Trevisan.
- Dimostrazione MGA Group Pordenone alla Fiera di **Primavera di Pasiano** di Pordenone, in collaborazione con il Sekai Budo Pasiano.
- Corsi di **Judo per bambini** e ginnastica propedeutica presso la scuola elementare di Rorai Grande, durante i **punti verdi est**

Partecipazioni Stage / Aggiornamenti tecnici

- *Aggiornamento tecnico Federale FIJLKAM per insegnanti JUDO/MGA del Friuli Venezia Giulia su ANTIDOPING, novembre 2022 c/o Centro Studi di Spilimbergo.*
- *Aggiornamento tecnico Federale 2022 FIJLKAM per insegnanti MGA del Friuli Venezia Giulia su metodologie di insegnamento, tecniche 24 settembre c/o ASD Kuroki Tarcento.*
- *Aggiornamento tecnico Federale 2022 FIJLKAM, per insegnanti FIJLKAM del Friuli Venezia Giulia presso Bella Italia Village Lignano Sabbiadoro , progetto europeo Erasmus Sonkei contro la violenza nello Sport, Seminario su motivazione degli insegnanti. sabato 30 aprile 2022.*
- *Aggiornamento tecnico Federale 2022 FIJLKAM per insegnanti Metodo Globale Autodifesa del Friuli Venezia Giulia su metodologie, tecniche e difesa personale solidale in difesa di terzi e tematiche correlate c/o Sekai Budo Pordenone. 9 Aprile 2022*
- *Aggiornamento tecnico Federale 2022 FIJLKAM, per insegnanti Judo del Friuli Venezia Giulia presso judo San Vito programmazione a calendario eventi del Comitato Regionale. 26 Marzo 2022*
- *Seminario MGA DAY “dal Metodo Bianchi al Metodo Globale di Autodifesa” con il Docente Nazionale Maestro Giancarlo Bagnulo, organizzazione a cura del Sekai Budo Pordenone. 16 Febbraio 2020*
- *Aggiornamento tecnico Federale 2019 FIJLKAM per insegnanti Metodo Globale Autodifesa del Friuli Venezia Giulia su metodologie, tecniche e difesa personale solidale in difesa di terzi e tematiche correlate c/o Judo Fenati Spilimbergo*
- *Partecipazione Stage Self Defence MGA al Pala Trieste seminario con il Maestro Giancarlo Bagnulo ed il Maestro Toni Petrov istruttore reparti speciali Polizia Bulgara Organizzazione a cura di A.S.D JUJITSU SAKURA in collaborazione con FIJLKAM FVG. Trieste 27 Ottobre 2019*
- *Aggiornamento tecnico Federale seconda sessione 2019 FIJLKAM, per insegnanti Judo del Friuli Venezia Giulia presso Dojo Sacile. Comunicazione e presentazione progetti del Media Team FIJLKAM e programmazione a calendario eventi del Comitato Regionale.*
- *Partecipazione al primo corso di abilitazione KKC- Kids Kicking Cancer Italia ONLUS in FVG con la presenza del maestro Giancarlo Bagnulo. Preparazione psico-attitudinale per andare a dare supporto con la deontologia della Arti Marziali ai bambini nei centri oncologici, riservata agli insegnanti delle diverse discipline
Organizzazione Nuova OMA Trieste 29 Giugno 2019 .*
- *Aggiornamento tecnico Federale 2019 FIJLKAM in due sessioni , per insegnanti Judo del Friuli Venezia Giulia su metodologie di allenamento dei ragazzi con presenza ad allenamento regionale presso Judo San Vito. Presso la palestra del Judo Fenati Spilimbergo parte sulle strategie e la diffusione pubblicitaria della FIJLKAM nella società civile e nozioni fiscali inerenti il settore ASD e Insegnanti Tecnici.*

- *Partecipazione stage Professional Budo al Pala Trieste seminario con insegnanti delle diverse arti marziali tra cui per MGA il maestro Giancarlo Bagnulo Organizzazione a cura di A.S.D a sostegno di Kids Kicking Cancer .
Trieste 19 Maggio 2019 .*
- *Partecipazione stage Internazionale Self Defence MGA FIJLKAM con i Maestri Giancarlo Bagnulo (Italia) Jim Cockram (Inghilterra) Jens Hogsander (Svezia) 28 Ottobre 2018. Organizzazione A.S.D Jujitsu Ryu Sakura , A.S.D Accademia Jujitsu, A.S.D. MD Team Trieste 28 Ottobre 2018 .*
- *Aggiornamento tecnico Federale 2018 FIJLKAM in due sessioni ,per insegnanti Judo del Friuli Venezia Giulia su metodologie di allenamento dei ragazzi con tecniche di studio per l'insegnamento a diversamente abili, perfezionamento delle tecniche di judo kata e scienze dell'alimentazione inerente diete e sport , c/o Palestra Dojo Sacile.*
- *Aggiornamento tecnico Federale 2018 FIJLKAM per insegnanti Metodo Globale Autodifesa del Friuli Venezia Giulia su metodologie, tecniche e difesa personale solidale in difesa di terzi e tematiche correlate c/o DLF Trieste.*
- *Partecipazione stage di Legittima Difesa Personale Maestro Enzo Failla Presidente Commissione Nazionale MGA FIJLKAM organizzato da A.S.D Jujitsu Ryu Sakura e A.S.D Dojo Trieste 18 Febbraio 2018 .*
- *Partecipazione Stage di Krav Maga Kapap Israeli Tactic System con insegnante Internazionale Luna Martin –TDM Defence Street Combat System.
Pordenone c/o palestra Istituto Flora 28 gennaio 2018*
- *Aggiornamento tecnico Federale 2017 FIJLKAM per insegnanti Metodo Globale Autodifesa del Friuli Venezia Giulia su metodologie, tecniche e difesa personale solidale in difesa di terzi e tematiche correlate c/o DLF Trieste.*
- *Aggiornamento tecnico Federale 2017 FIJLKAM in due sessioni ,per insegnanti Judo del Friuli Venezia Giulia su metodologie di allenamento dei ragazzi con tecniche di studio per l'insegnamento delle cadute e perfezionamento delle tecniche di proiezione e di controllo a terra, c/o Palestra di Cicconicco di Fagagna e Palazen a Villanova di Pn.*
- *Partecipazione a stage Multidisciplinare MMA,K1,Taekwondo,Jujitsu, Judo, MGA, " La Legittima Difesa Personale nelle Arti Marziali " organizzato da A.S.D Ryugin Jujitsu c/o Palazzetto dello sport Codroipo*
- *Aggiornamento tecnico Federale 2016 FIJLKAM per insegnanti Judo su metodologie di insegnamento e tecniche , a cura del Comitato Regionale FIJLKAM FVG.*
- *Corso abilitazione 2016 per Istruttori Federali FIJLKAM-MGA 2° livello con studio della psicologia applicata , prossemica, reazione psicofisica alle aggressioni e metodi antipanico di controllo della respirazione.*
- *Aggiornamento tecnico Federale 2015 FIJLKAM per insegnanti Metodo Globale Autodifesa del Friuli Venezia Giulia su metodologie e tecniche c/o ASD Fenati Spilimbergo.*

- *Aggiornamento tecnico Federale 2015 FIJLKAM per insegnanti Judo del Friuli Venezia Giulia su nuove metodologie di insegnamento, tecniche , analisi video di competizioni internazionali confrontando le nuove regolamentazioni, c/o ASD Kuroki Tarcento.*
- *Partecipazione al 2° European Seminary for Teachers EJU (European Judo Union) Casalecchio di Reno organizzato da FIJLKAM Emilia Romagna.*
- *Partecipazione al 4° European Stage Marzial Arts settore MGA a Kranjska Gora.*
- *Partecipazione Seminario EJU (European Judo Union) Expert for teachers c/o il Ge.tur Village di Lignano Sabbiadoro , docenti Ezio Gamba (allenatore Nazionale Olimpica Russa di Judo) e Mr. Jean Pierre Gibert della Federazione Internazionale organizzato da FIJLKAM Friuli Venezia Giulia.*
- *Partecipazione stage di Legittima Difesa Personale docente internazionale Giancarlo Bagnulo Presidente Commissione Nazionale Jujitsu - MGA organizzato da A.S.D Sekai Budo Pordenone.*
- *Aggiornamento tecnico Federale 2014 FIJLKAM per insegnanti Metodo Globale Autodifesa del Friuli Venezia Giulia su metodologie e tecniche c/o ASD DLF Trieste.*
- *Aggiornamento tecnico Federale 2014 FIJLKAM per insegnanti Judo del Friuli Venezia Giulia su nuove metodologie di insegnamento, tecniche e scienza dell'alimentazione, c/o ASD Kuroki Tarcento.*
- *Partecipazione corsi di Jujitsu organizzati dalla FIJLKAM F.V.G. con partecipazione di docenti nazionali.*
- *Partecipazione stage di Difesa Personale con docente internazionale Toni Petrov Istruttore Polizia Bulgara organizzato da A.S.D Ryugin Jujitsu Codroipo.*
- *Partecipazione stage di Legittima Difesa Personale docente internazionale M° Giancarlo Bagnulo Presidente Commissione Nazionale Jujitsu - MGA organizzato da A.S.D Dojo Trieste.*
- *Partecipazione a stage con il maestro statunitense Bill Homann, istruttore di Kyusho Jitsu (studio punti vitali del corpo umano) c/o ASD Skorpion .*
- *Partecipazioni ad aggiornamenti e stage con docenti di livello nazionale, internazionale e mondiale nel settore del Judo e della Difesa Personale.*
- *Partecipazione a competizioni di Kodokan Goshin Jitsu (difesa personale del JUDO KATA) con difesa figurativa da attacchi da prese ai polsi, alle braccia, al collo e da pugni, calci, coltello , bastone e pistola.*



ISTRUTTORE FEDERALE F.I.J.L.K.A.M.
SETTORE JUDO - MGA
Andrea Vignola

legittimadifesapersonale@gmail.com

www.legittimadifesapersonale.it

Instagram :Legittima Difesa

PersonaleFacebook :Legittima

Difesa Personale

338-4204675

Pubblicazioni:

su [Amazon.it](https://www.amazon.it), formato libro

Tecniche di Autodifesa Intelligente per ogni tipo di Aggressione.

Manuale Completo.

Manuale con 60 tecniche illustrate a colori di facile apprendimento non violente ed adatte a tutti.



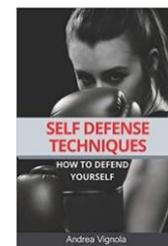
su [Amazon.it](https://www.amazon.it), formato libro

Self Defense Techniques

Do you want to learn how to defend yourself for any age?
Then keep reading.

Language English

Paperback 140 pages



su [Amazon.it](https://www.amazon.it), formato libro e formato ebook per Kindle

SOS autodifesa

Nozioni Comportamentali

Manuale con suggerimenti comportamentali preventivi non solo...





Italian
Resuscitation
Council

Verificato l'apprendimento
Si attesta che

ANDREA VIGNOLA

CF: VGNDR64M14E889Q

Ha superato il corso ESECUTORE di

Basic Life Support Defibrillation per non sanitari (Retraining)

CdF: Associazione Medico Sportiva

attestato n°: 403067

Il Direttore del Corso

FABRIZIO NICOTRA



FEDERAZIONE ITALIANA JUDO LOTTA KARATE ARTI MARZIALI

Prot. n. 2371

Roma, 28/07/2015

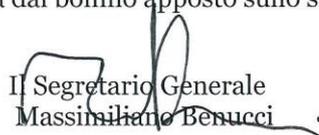
**La Federazione Italiana Judo Lotta Karate Arti Marziali
FIJLKAM
fondata nel 1902 – Federazione Sportiva Nazionale
riconosciuta dal CONI**

A T T E S T A

che il Metodo Globale Autodifesa (MGA) è l'unico metodo di difesa personale, prevenzione e sicurezza riconosciuto dalla FIJLKAM, le cui linee guida didattiche e tecniche sono illustrate nel DVD realizzato nel 2009 e di proprietà della stessa Federazione. Il Metodo Globale Autodifesa è la sintesi di tutte le principali discipline di combattimento federali (Judo, Karate, Aikido, Jujitsu, Lotta)

La Federazione indice corsi specifici per l'abilitazione all'insegnamento del Metodo Globale Autodifesa per chi sia già in possesso delle varie qualifiche di Insegnante Tecnico nelle discipline federali, con durata diversificata rispetto ai livelli di apprendimento. Gli Insegnanti, al superamento degli esami previsti alla fine dei corsi, acquisiscono la qualifica di Istruttore MGA ed il mantenimento di tale attribuzione è condizionata dalla partecipazione ai corsi di aggiornamento annuali obbligatori.

Tutti gli Istruttori MGA FIJLKAM presenti sul territorio nazionale sono certificati da un diploma rilasciato da questa Federazione che ne attesta la qualifica, il grado e il livello di apprendimento e la cui validità annuale è confermata dal bollino apposto sullo stesso.


Il Segretario Generale
Massimiliano Benucci

VIA DEI SANDOLINI, 79 – 00122 OSTIA LIDO
TEL. +39/0656434506 – FAX +39/0656470527
P. IVA 01379961004

