

20 ANIVERSARIO 2006 - 2026

Karate Fernando el Católico

Una Escuela de Karate.

Formando en deporte y valores.

*Somos la gran familia de
Karate Fernando el Católico.*

空
手
道





GRUPOS DE KARATE FERNANDO EL CATÓLICO



GRUPO 1

🕒 16.00 a 17.00h



GRUPO 2

🕒 17.00 a 18.00h



GRUPO KARATE MAYORES

🕒 18.00 a 19.00h



EL GRUPO CLÁSICO DEL COLEGIO

- ✓ Abierto para alum@n@s a partir de primero de primaria.
- ✓ Karate tradicional, deportivo y también competiciones federadas.
- ✓ Más que una actividad extraescolar, es una disciplina de vida, formación de valores y trabajo en equipo.



EL GRUPO DE LOS PEQUEÑINES Y NUEVOS

- ✓ Abierto para alum@n@s de 3º infantil.
- ✓ Abierto también para alum@n@s desde primero de primaria.
- ✓ La última hora de extraescolares con clases chulas, divertidas y muy karatekas.
- ✓ Ideal para nuevos alum@n@s de infantil o para aquellos que hacen una actividad anterior.



ESCUELA DE KARATE

- ✓ Abierto para ex alumnos y familias del colegio.
- ✓ Camino y preparación al cinturón negro.
- ✓ Competiciones, Cursos, Actividades al aire libre.
- ✓ Karate tradicional, karate deportivo y de competición regional y nacional.
- ✓ Titulaciones oficiales por el CSD.



DISCIPLINA, RESPETO, ESFUERZO, COMPAÑERISMO, SUPERACIÓN
VALORES QUE FORMAN PERSONAS



KARATE FERNANDO EL CATÓLICO

Formando en deporte y valores desde 2006



METODOLOGÍA Y ACTIVIDADES

- ✓ Curso de 3 trimestres programados por objetivos.
- ✓ Clases adaptables a todos los niveles de aprendizaje.
- ✓ Atención y evaluación continua atendiendo a las características físicas y psicomotrices de cada alumno.
- ✓ Clases de mando directo, técnicas en parejas, trabajo en grupos, aprendizaje guiado, circuitos, entrega de apuntes. Aprendizaje con juegos.
- ✓ Exámenes voluntarios para subir de cinturón.
- ✓ Competiciones y exhibiciones trimestrales.
- ✓ Posibilidad de continuar la actividad en edad de instituto para la obtención del cinturón negro.



NUESTRO CLUB



CLUB RECONOCIDO POR LA FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE KARATE Y LA COMUNIDAD DE MADRID



CINTURONES Y TÍTULOS RECONOCIDOS POR EL CONSEJO SUPERIOR DE DEPORTES.



MÁS DE 200 ALUMNOS DESDE 2006.



PREPARACIÓN PARA EL CINTURÓN NEGRO INFANTIL Y CONTINUIDAD DE EX ALUMNOS



OBJETIVOS

Valores: disciplina, respeto, humildad y cortesía. Esfuerzo y constancia. Aprender a ser ordenado y cuidar el material.

Área física y psicomotriz: habilidades físicas básicas: resistencia, fuerza, velocidad, flexibilidad. Habilidades psicomotrices: agilidad, coordinación y velocidad de reacción. Concentración mental y activación.

Área marcial: habilidades técnicas de karate: kata, kumite (combate deportivo) y goshin (defensa personal).

Área social: trabajo en equipo, habilidades de comunicación, colaboración con los compañeros.

Área emocional: autocontrol, autoconocimiento, gestión, técnicas de respiración.



EL PROFESOR

SERGIO F. DE CABO

- ✓ Cinturón Negro 5º Dan de Karate Real Federación Española de Karate.
- ✓ Cinturón Negro 3er Dan de Autodefensa.
- ✓ Técnico Deportivo de Karate Nivel 3 (E. Nacional) por la RFEK.
- ✓ Instructor Nacional de Defensa Personal.
- ✓ Entrenador Superior de Fitness.
- ✓ Certificado de Aptitud Pedagógica.
- ✓ Campeón de España 2014 y Campeón de Madrid 2015, 2019 y 2024.



karatefernandoelcatolico@gmail.com

VUESTRO "SENSEI" 先生

Profesor y coordinador de la actividad de Karate Fernando el Católico.

Contacto: sergiofelipe@gmail.com

SERGIO F. DE CABO

Cinturón Negro 5º Dan de Karate. RFEK.
Cinturón Negro 3er Dan de Defensa Personal. RFEK.
Entrenador Nacional de Karate. Técnico Deportivo Nivel 3.
Instructor Nacional de Autodefensa.
Preparador y aval para exámenes de Cinturón Negro.
Entrenador Superior de Fitness. FEH.
Certificado Aptitud Pedagógica UCM.



Bronce Campeonato de Madrid de Clubes 2012.
Campeón de Madrid por equipos, 2014.
Campeón de España, Campeonato Karate Tradicional 2014.
Bronce CAM España Veteranos 2019, 2020, 2021 y 2022.
Campeón de Madrid Veteranos 2015, 2019 y 2024.

Casi 20 años de experiencia impartiendo clases de Karate y Defensa Personal en centros de la Comunidad de Madrid.

20 años impartiendo clase en los CEIP Fernando el Católico y San Cristóbal.

*Me considero un estudiante infinito.
Mis alumn@s son siempre lo primero.
Que aprendan y entrenen divirtiéndose.
Que la práctica les ayude en su desarrollo personal y espiritual.*

¡Muy feliz de llevar tantos años en este colegio!

