



Organizzano

KARATE



SHOTOKAN

"Stage di Primavera"

Milano 11 -03-2017

APERTO A TUTTI:

da cintura bianca a insegnanti tecnici

Valido anche come

Aggiornamento Tecnico per Istruttori e Maestri

SEDE:	Località: Madignano (CR) Centro Sportivo Foscarino Foschi Via Dante Alighieri, 34
DATA:	Domenica 26 MARZO 2017
ORARIO	dalle ore 09,30 alle ore 12.00 a seguire passaggi dan
COME ARRIVARE	Da Milano: SS Pallese SS415, seguire le indicazioni per Crema, a Bagnolo Cremasco proseguire strada principale per Cremona al primo rondò girare a destra, al rondò successivo girare a destra seguire la strada e si arriva alla palestra. Ci sono circa 60 Km
PROGRAMMA	DALLE 09,30 – 11,15 – "Karate Shotokan": applicazioni Tecniche - le varie formule di "Kumite" atte anche alla difesa personale - DALLE 11,15 - 12,00 –"kobudo" : USO DEL "BO" E DEL NUNCHAKU

Portare : il Bo (bastone lungo) e Nunchaku

Coordinatori: m° A.Santini 8° Dan, m° G. Rosani 5° Dan, m° F. Assandri 4° Dan

Quota di partecipazione : € 20,00 (venti) – under 15 € 15,00 (quindici)

Iscrizioni in luogo – gadget ricordo a tutti i partecipanti

Per informazioni rivolgersi a:

- Scuola Arti Marziali Milano a.s.d. Tel. 026152305

cell. 3479667947

Email: info@artimarzialimilano.it