



KARATE SHOTOKAN



BUDO-STAGE-ESTATE

DOCENTI: M° ALFREDO DEFENDI M° PAOLO RONZONI



APERTO A TUTTI

BUDO STAGE ESTATE: PERCORSO DI QUATTRO INCONTRI CON I QUALI
VERRANNO ALLENATI E STUDIATI I SEGUENTI KATA:

KANKU SHO, GANKAKU, SOCHIN, GOJUSHIHO DAI e SHO, UNSU. (per marroni nere)

HEIAN GODAN, BASSAI DAI, JION, EMPI. (per cinture colorate)

PROGRAMMA:

1° INCONTRO: DOMENICA 25 GIUGNO 2017 DALLE h 9.30 ALLE 12.00

2° INCONTRO DOMENICA 02 LUGLIO 2017 DALLE h. 9.30 ALLE 12.00

3° INCONTRO MERCOLEDI' 05 LUGLIO 2017 DALLE h. 19.30 ALLE 21.30

4° INCONTRO MERCOLEDI' 12 LUGLIO 2017 DALLE h. 19.30 ALLE 21.30

LOCALITA' : PALESTRA PALAGIM SITA VIA KENNEDY 1 BAGNATICA (BG)

Inf. karatealfredo@alice.it tel. 338 8080944 (Alfredo)