



SABATO 16 NOVEMBRE 2013
PALAZZETTO SAN FILIPPO, BRESCIA

STAGE DI JUDO

APERTO A TUTTE LE SOCIETÀ AFFILIATE E TESSERATE E

ASSICURATE PER L'ANNO SPORTIVO 2013/2014.

ALLO STAGE POSSONO PARTECIPARE BAMBINI, RAGAZZI, ADULTI.

PARTICOLARE ATTENZIONE È RIVOLTA AI BAMBINI DI ETÀ 5/6-12 ANNI ANCHE PRINCIPIANTI.

PRESENTARSI ALLE ORE 14,00

DURATA DELLO STAGE: DALLE ORE 14,30 ALLE 17,00

PROGRAMMA: BAMBINI

- > GIOCO GINNASTICA
- > RIPASSO UKEMI
- > ESERCIZI PROPEDEUTICI AL RANDORI
- > RANDORI ARBITRATO EDUCATIVO

PROGRAMMA: RAGAZZI

- > STUDIO APPROFONDITO SU ALCUNE TECNICHE DI KOSHI WAZA

PROGRAMMA: ADULTI

- > STUDIO COMPLETO DEL JU-NO-KATA

QUOTA DI ISCRIZIONE: €10,00 FINO A 12 ANNI",

€16,00 DAI 13 ANNI IN SU".

INFO ISCRIZIONI RIF: M° ZACCHEO FRANCESCO

PHONE: 347 8249534 MAIL: ZACCHEO.FRANCESCO@ALICE.IT

ADESIONI ENTRO IL 12 NOVEMBRE ALL. MOD. 1 PER LE ISCRIZIONI