



**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](mailto:ZACCHEO.FRANCESCO@ALICE.IT)**

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