



Accademia BUSHIDO

A.S.D. Arti Psicomotorie Orientali

C.F. 92016940014

n° Registro CONI 37845

Via Silvio Pellico 12

10073 - CIRIE' (TO)

<https://www.accademiabushido.it> info.contiero@gmail.com

EVENTO

STAGE KARATE

M° Contiero 6° Dan

Data Inizio **11/06/2023**

N°ammesso **20**

Termine iscrizioni evento **06/06/2023**

Struttura **LEM - sede operativa**

Iscrizioni **Persone fisiche e Associazioni**

Recapito **Strada Polpresa 5**

10070 - VIU'

Info evento **IT_PIE_BUSHIDO**

DETTAGLIO

Info / contatto **federica - 340 410 6547 - federicaallario@gmail.com**

Conto

IBAN

Banca **BANCA SELLA S.P.A.**

Note

Attività **Stage Karate**

Costo

25.00

ATTIVITA'

Codice **ST_1**

data **11/06/2023**

Karate Shotokan SKI-I

Riferimento **KARASH / 00242027 / 00000633**

Condizioni accesso **Unisex**

Categoria **Tutti**

Atleta normodotato

Specialita' **Stage OPEN**

Riepilogo **Stage Karate - 25 euro**

dalle ore 9:30 alle ore 12:30

La quota stage è comprensiva del contributo struttura + docce. In caso di Pernottamento vi sarà uno sconto di 5 euro sullo stage.

programma :

9:30 riscaldamento

9:40 Kihon

10:10 lavoro a coppie

11:00 pausa tè

11:10 Kata e applicazione dei kata nel lavoro di coppia

11:45 Studio del kumite

12:15 defaticamento

12:30 fine stage



Accademia BUSHIDO

A.S.D. Arti Psicomotorie Orientali

C.F. 92016940014

n° Registro CONI 37845

Via Silvio Pellico 12

10073 - CIRIE' (TO)

<https://www.accademiabushido.it> info.contiero@gmail.com

Codice	CE_1	data	10/06/2023	Attività generica	
Riferimento	ATTGEN / 00242027 / 00000634			Condizioni accesso	Unisex
Categoria	Tutti				Atleta normodotato
Specialita'	Cena servita				
Riepilogo	Cena sabato sera - 25 euro				

Codice	PE_2	data	10/06/2023	Attività generica	
Riferimento	ATTGEN / 00242027 / 00000635			Condizioni accesso	Unisex
Categoria	Tutti				Atleta normodotato
Specialita'	Pernotto rifugio				
Riepilogo	Pernottamento sabato 10 giugno - 25 euro				

Codice	PR_1	data	11/06/2023	Attività generica	
Riferimento	ATTGEN / 00242027 / 00000636			Condizioni accesso	Unisex
Categoria	Tutti				Atleta normodotato
Specialita'	Pranzo servito				
Riepilogo	Pranzo domenica 11 giugno - 25 euro				