



## **S.K.I. – I.**

(SHOTOKAN KARATEDO INTERNATIONAL - ITALIA)

Viale Monte Grappa, 6 20124 MILANO

Tel. – Fax +39/02 – 620.875.44

E-mail: [ski\\_i@libero.it](mailto:ski_i@libero.it)

Sitoweb: [www.SKI-I.eu](http://www.SKI-I.eu)

### **Oggetto: Stage Invernale Igea Marina 28–29 –30/11/2014**

con la partecipazione dei Maestri : SHIBAMOR ( Austria) e KOHATA ( Spagna)

#### **PROGRAMMA:**

<b>Venerdì 28</b>	<b>Ore 8.30 – 10.00</b>	<b>Iscrizione</b>
	<b>Ore 10.00 – 12.00</b>	<b>Allenamento per tutti (Kyu e C.N.)</b>
	<b>Ore 12.30 – 14.00</b>	<b>Pranzo</b>
	<b>Ore 16.00 – 18.30</b>	<b>Allenamento 9°-1° Kyu</b>
	<b>Ore 16.00 – 18.30</b>	<b>Allenamento C.N. e Veterani</b>
	<b>Ore 16.00 – 18.30</b>	<b>Corso Agonisti Arbitri (Pratica) M° Bessolo - Lucignani</b>
<b>Sabato 29</b>	<b>Ore 6.00 -- 7.00</b>	<b>Footing (Veterani Shiatsu M°Riccio)</b>
	<b>Ore 9.30 – 10.30</b>	<b>Allenamento 9°-1°Kyu</b>
	<b>Ore 10.30 – 12.00</b>	<b>Allenamento C.N. e Veterani</b>
	<b>Ore 15.00 – 16.00</b>	<b>Allenamento 9° e 1° Kyu</b>
	<b>Ore 16.00 – 17.00</b>	<b>Corso Aspiranti Istruttori</b>
	<b>Ore 16.00 – 17.00</b>	<b>Corso Istruttori</b>
	<b>Ore 17.00 – 18,30</b>	<b>Allenamento C.N. e Veterani</b>
	<b>Ore 21.00</b>	<b>Riunione Federale</b>
<b>Domenica 13</b>	<b>Ore 6.00 -- 7.00</b>	<b>Footing (Veterani Shiatsu M°Riccio)</b>
	<b>Ore 9.00 – 10.30</b>	<b>Allenamento per tutti</b>
	<b>Ore 10.30 --.....</b>	<b>Esami Kyu e Dan</b>

**Per le prenotazioni alberghiere fare uso dell'allegato modulo.**

**N.B. Saranno accettate richieste di Diplomi Giapponesi solo da atleti che risultino tesserati all'atto della richiesta stessa.**

**OSS!!!**