



STAGE BUDOPASS / ALLENAMENTO CAR

SABATO 20 APRILE 2024

Forum Sport Center, via Cornelia 493 - Roma

Chi può partecipare

- Allo STAGE può partecipare ogni allievo con il grado minimo di cintura blu tesserato Fesik.
- Al CAR possono partecipare atleti tesserati Fesik che siano interessati agli appuntamenti agonistici derivati dal CAR (selezione visionabili, trofeo delle regioni).
- *N.B.: I bambini +10 anni che frequentano il corso di kumite possono partecipare all'allenamento del CAR SHOBU NIHON.*

PROGRAMMA:

- Ore 13:00 PARTENZA DA LATINA (seguiranno indicazioni sul ritrovo)
- ORE 14:30 CONTROLLO ISCRIZIONI
- ORE 15:00 INIZIO STAGE
- ORE 18:00 CHIUSURA STAGE e rientro a casa per chi non partecipa al CAR
- ORE 18:00 - 19:00 ALLENAMENTO CAR - Rientro a fine corso

QUOTE DI PARTECIPAZIONE (tramite modalità consuete)

- €15 STAGE BUDOPASS CINTURE BLU
- €20 STAGE BUDOPASS CINTURE MARRONI E NERE
- €5 ALLENAMENTO CAR* (KATA / SHOBU SANBON / SHOBU NIHON / SHOBU IPPON)

ISCRIZIONI

Tramite e-mail, a sakuralatina@gmail.com. Indicare a quali attività si prende parte.

BUDOPASS

SI RICORDA AI POSSESSORI DI BUDOPASS DI PORTARLO ALL'APPUNTAMENTO PER SIGLARE LE ORE BUDOPASS. IL BUDOPASS NON È OBBLIGATORIO FINO A CINTURA MARRONE.

*CAR: Centro Agonistico Regionale