



IL KARATE CLUB SAVONA



sabato 12 e domenica 13 Luglio

organizza, sul lago di Osiglia (700/1300 s.l.m.),

l'11^a edizione dello Stage di Karate e Tiro con l'arco

Costi

| | |
|--------------------------------|--|
| Sabato e domenica (due giorni) | € 15.00 + eventuale recupero esame di cintura (atleti KCS) € 20,00 |
| 1 giorno di stage | € 10.00 + eventuale recupero esame di cintura (atleti KCS) € 20,00 |
| Pranzi o cene (ciascuno) | € 10.00 |

- *Ogni società che iscrive sei persone ha diritto ad un settimo iscritto gratis*
- *Lo Stage si terrà all'aperto o al Palatenda di Osiglia*
- *Sono necessarie: l'attrezzatura completa per fare allenamento (karategi completo e protezioni), le scarpe da ginnastica + l'occorrente per il campeggio per chi volesse dormire in tenda sabato notte.*

Programma del sabato (*)

| | |
|-----------------|--------------------------------|
| Ore 10.00/12:30 | Sistemazione e montaggio tende |
| 13.00 | Pranzo |
| 15.30/19.00 | Karate/Tiro con l'arco |
| 19.30 | Cena |

Programma della domenica (*)

| | |
|----------------|---|
| Ore 9.00/13:00 | Karate/Tiro con l'arco |
| 13.30 | Pranzo |
| 16.00 | Smontaggio Tende e Granita + " u discoursu" |

(*) Le attività (Karate e Tiro con l'arco) saranno decise, sul posto, in base al numero dei partecipanti.

Docenti

Karate: Tecnici della Commissione Regionale ligure.

Iscrizioni

Le iscrizioni corredate delle eventuali prenotazioni per pranzo e cena dovranno pervenire inderogabilmente, **entro e non oltre, martedì 8 luglio 2014** tramite:

- Fax n° 019/824932
- E-mail: info@karateclubsavona.it

Per ulteriori informazioni: M° Fiorenzo Zucconi
Raffaella Carlini

Tel. 340.5237627
Tel. 347.5793963

| Nominativo | Stage 1 giorno | Stage 2 giorni | n° persone pranzo | n° persone cena | pernottamento |
|------------|-------------------|-------------------|----------------------|--------------------|---------------|
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |