



S.K.A.I.



SHOTOREIGIKAN



FE.I.KAR



COMITATO PROV.LE CSEN LATINA

STAGE INTERREGIONALE CON:

M° SHINJI AKITA

SHIEF INSTRUCTOR S.K.A.I. (SHOTOKAN KARATE ALLIANZ INTERNATIONAL)

SABATO 10 & DOMENICA 11 - DICEMBRE 2011

C/O Impianto Sportivo Istituto G. Giuliani – Via Cisterna (Latina)

Lo stage è aperto dal grado di cintura gialla a cintura nera

PROGRAMMA:

Sabato 10

ore 09:00 – 10:30 Gradi: da cintura gialla a cintura blu
ore 10:30 – 11:30 Gradi: nera e marrone
ore 11:00 – 12:30 Gradi: nera e aspiranti istruttori

ore 14:30 – 16:30 Istruttori e Capi palestra (Porte Chiuse)
ore 16:30 – 18:00 Da cintura gialla a cintura nera

Domenica 11

ore 06:00 – 07:00 Footing agonisti e non agonisti
ore 07:30 – 08:00 Colazione in hotel a buffet
ore 09:00 – 10:30 Allenamento cintura nera e marrone
ore 10:00 – 11:30 Allenamento da cintura gialla a cintura blu
ore 11:45 a finire Esami di 1°-2°-3° Dan

Quota Stage € 60,00

Quote esami:

Esame di 1° Dan con Diploma Nazionale CSEN – CONI e Shotoreigikan	€ 80,00
Esame di 2° Dan con Diploma Nazionale CSEN – CONI e Shotoreigikan	€ 100,00
Esame di 3° Dan con Diploma Nazionale CSEN – CONI e Shotoreigikan	€ 130,00

Seque Logistica



Logistica Allenamenti:

Gli allenamenti del sabato 10 e domenica 11 con il M° Akita Shinji si terranno nella palestra dell'Impianto Sportivo Istituto G. Giuliani – Via Cisterna, snc – Latina
La Palestra dista circa 500 metri dall'Hotel Park

Logistica Hotel:

Convenzione con HOTEL PARK
Via S. S. Dei Monti Lepini n. 25
Tel. 0773-24.02.95

Quote Hotel in convenzione con Shotoreigikan:

TARIFFE PER PERSONA AL GIORNO

• Soggiorno in camera Singola con colazione a buffet	€.	43,00
• Soggiorno in camera Doppia con colazione a buffet	€.	30,00
• Soggiorno in camera Tripla con colazione a buffet	€.	24,00
• Soggiorno in camera Singola in mezza pensione cena	€.	55,00
• Soggiorno in camera Doppia in mezza pensione cena	€.	45,00
• Soggiorno in camera Tripla in mezza pensione cena	€.	39,00
• Soggiorno in camera Singola in pensione completa	€.	70,00
• Soggiorno in camera Doppia in pensione completa	€.	60,00
• Soggiorno in camera Tripla in pensione completa	€.	55,00
Pasto extra	€.	16,00

Il Pasto include:

PRIMO PIATTO - SECONDO PIATTO – CONTORNO – FRUTTA/DESSERT – ACQUA – VINO

PRENOTAZIONE HOTEL: direttamente al n. 0773 – 24.02.95 Hotel Park.

Entro e non oltre il 1° Dicembre 2011 - Oltre tale data non si garantisce la disponibilità.