

Kyokushin days 2011

AIKK PUGLIA

SENSEI T. SCHIRINZI 4° DAN

COMUNICAZINE ED INVITO A TUTTI GLI ASSOCIATI AIKK DELLA PUGLIA

Sabato **27** e Domenica **28 agosto 2011** presso il camping la masseria di Gallipoli sito in via s.s. 101 km 34,500 nelle vicinanze dello (Splash di Gallipoli) si svolgerà il **1° kyokushin days 2011** in una struttura organizzata. **kyokushin days** sarà un momento di socializzazione e divertimento e nello stesso momento allenamento nel karate kyokushinkai immersi nella natura nel giusto spirito e atteggiamento mentale che il nostro stile richiede.

Programma

SABATO 27 AGO. 2011

Dalle 10.00 alle 12.00 montaggio tende o nel primo pomeriggio entro le **15.00**

Dalle 16.00 alle 17.30 allenamento

Dalle 17.45 alle 19.00 piscina o mare

Ore 20.00 cena nel ristorante del campeggio

La serata si concluderà con animazione e breve saggio di **karate kyokushinkai** della nostra scuola

DOMENICA 28 AGO. 2011

DALLE 6.00 ALLE 7.30 -

ALLENAMENTO MATTUTINO

ORE 8.00 -

COLAZIONE

DALLE ORE 10.00 ALLE 11.30 -

ALLENAMENTO

DALLE 11.45 ALLE 12.45 -

PISCINA

ORE 13.00 -

PRANZO

DALLE 16 ALLE 17.15 -

ALLENAMENTO

DALLE 17.30 ALLE 19.00 -

PISCINA

ORE 19.30

CONSEGNA ATTESTATI DI PARTECIPAZIONE AL **KYOKUSHIN DAYS 2011**

PER MOTIVI DI ORGANIZZAZIONE DARE LA PROPRIA ADESIONE ENTRO E NON OLTRE IL **20 LUGLIO 2011**
CONTATTANDO SENSEI TOMMASO SCHIRINZI OSU

