



本體楊心派

**Sabato 30 Marzo 2019 Presso Il  
Palazzo Sportivo In Oreno Di  
Vimercate Via Lodovica 10.**

**Dalle ore 15,00 alle 18,00**

**Sarà tenuto uno stage**

**sui kata federali**

**della scuola Hontai.**

**possono partecipare tutti i tesserati**

**FIJLKAM è EPS**

**graduati dalla gialla in poi**

**Programma di massima:**

**A > NAGE NO KATA > visto sotto 2  
prospettive:**

- 1. Velocità reale di esecuzione**
- 2. Controllo della forza.**

**B > Cho Bo Kunitachi :**

**Attacco e difesa con Il Bo  
(bastone lungo e Boken.)**

**Tenuto dal**

**M° Ormas Alessandro**

**Chuden della scuola**

**Hontai yoshin ryu 5° Dan**

**3° Dan FIJLKAM**

**Quota di partecipazione:**

**€. 20,00**

**Organizzazione e informazioni:**

**M° Frassoni Aquilino**

**5° Dan Ju Jitsu > 5 dan Judo FIJLKAM**

**4° Dan Hontai > Shoden**

**Fiduciario Regionale Lombardia**

**Settore Ju jitsu FIJLKAM**

**Cell. 3389174979 info@hyoreno.it**