

Prot. 9 Milano, 22 settembre 2021

OGGETTO: ALLENAMENTI REGIONALI JUDO KATA

Il Comitato Regionale Fijlkam Lombardia settore JUDO organizza e promuove allenamenti di judo kata.

Lo scopo degli allenamenti è fornire indicazioni didattiche per l'allenamento nei 7 kata del judo Kodokan.

La partecipazione **è gratuita e aperta a tutti i tesserati Fijlkam** per la stagione in corso. I tesserati per EPS convenzionati con la Fijlkam possono partecipare versando un contributo di partecipazione di euro 20,00.

La partecipazione è fortemente consigliata a tutti coloro che intendano affrontare **gli esami per passaggio di grado di I, II, e III dan**, che si svolgeranno entro dicembre 2021 e saranno oggetto di prossima comunicazione.

ISCRIZIONE E ACCESSO

Per iscriversi agli allenamenti è sufficiente inviare un'email a judo.kata.lombardia@gmail.com entro il giovedì precedente alla lezione.

Per accedere **è obbligatorio esibire il green pass**.

Si allega calendario allenamenti

Cordialità

CRL JUDO

CALENDARIO ALLENAMENTI DI JUDO KATA			
Giorno	Lezione	Luogo	Orario
Sabato 9 ottobre 2021	Nage no kata	Segrate, via Manzoni 4 c/o Judo Club Segrate	15:00-18:00
Domenica 10 ottobre 2021	Katame no kata	Segrate, via Manzoni 4 c/o Judo Club Segrate	09:30-12:30
Sabato 16 ottobre 2021	Itsutsu no kata	Capriate San Gervasio (BG), piazza Pio XII, palestra scuole elementari c/o Coral Capriate	09:30-12:30
Sabato 16 ottobre 2021	Ju no kata	Capriate San Gervasio (BG), piazza Pio XII, palestra scuole elementari c/o Coral Capriate	15:00-18:00
Domenica 24 ottobre 2021	Kime no kata	Segrate, via Manzoni 4 c/o Judo Club Segrate	09:30-12:30
Sabato 30 ottobre 2021	Koshiki no kata	Segrate, via Manzoni 4 c/o Judo Club Segrate	15:00-18:00
Domenica 7 novembre 2021	Kodokan goshin - jutsu	Segrate, via Manzoni 4 c/o Judo Club Segrate	09:30-12:30