FIJLKAM
FEDERAZIONE ITALIANA
JUDO LOTTA KARATE ARTI MARZIALI

Comitato Regionale Piemonte e Valle d'Aosta - Settore Karate

PROGRAMMA PROPEDEUTICO 01/06/25 LEINI'

9/9.15 Attivazione
9.15/10.00 1 ORA:
1° DAN KYON
2° DAN
3°/4°/5° DAN INTERAZIONI
10.00/10.15 Riposo

10.15/11.00 2 ORA:
1° DAN INTERAZIONI
2° DAN KYON
3° DAN KATA
4°/5° DAN KATA
11.00/11.15 Riposo

11.15/12.00 3 ORA:
1° DAN KATA
2° DAN INTERAZIONI
3°/DAN KYON
4°/5°DAN KYON
12.00/12.15 Riposo

12.15/13.00 4 ORA:
TUTTI, SPIEGAZIONE BUNKAI ED EVENTUALI DOMANDE

Via Giordano Bruno 191 – 10134 TORINO
e-mail: presidente.karate.piemonte@fijlkam.it www.fijlkam.it/piemonte/karate