



# FESIK

**FEDERAZIONE EDUCATIVA**

**SPORTIVA ITALIANA KARATE**

Riconosciuta dallo Stato Italiano n.421 del 10/07/2003  
Circolare N°7/18

LAZIO/ABRUZZO

BUONGIORNO,

NELL'AUGURARVI UNA BUONA RIPRESA DI ATTIVITA' VI INVIO IL PROGRAMMA DI LAVORO DESTINATO AD ARBITRI , ASPIRANTI E COACH.

L'INCORNTRO AVRA' LUOGO A GAETA PRESSO LA PALESTRINA DEL PALAZZETTO DI SERAPO IL 7/10/2018

PROGRAMMA:

ORE 10,00-13,00

REGOLAMENTO

CERIMONIALE KATA E GESTUALITA'

CERIMONIALE KUMITE E GESTUALITA'

PROVE PRATICHE SENZA ATLETI

ORE 13,00-15,00 PAUSA PRANZO

ORE 15,00-18,00

PROVE PRATICHE CON ATLETI KATA E KUMITE

PS le societa' sono invitate ad inviare atleti possibilmente comunicandolo in modo da poter pianificare il lavoro.

E' PREVISTA LA PRESENZA IN DIVISA ESTIVA (pantaloni grigi e camicia fesik )

DA COMUNICARE ENTRO MERCOLEDI' 3/10/2018.

CERTO DI UNA VOSTRA PRESENZA VI RINGRAZIO ANTICIPATAMENTE

Il Comitato Fesik Lazio Abruzzo  
M° Paolo Mammarella

