



Comune di **ARSAGO SEPRIO**

Provincia di Varese



FILKAM
FEDERAZIONE ITALIANA JUDO LOTTA KARATE ARTI MARZIALI

Karate Do Arsago
Corso gratuito di difesa personale
Palestra Comunale di Viale Vanoni
10 gennaio 2016 ore 9.30

Programma

Il corso di 8 lezioni, affronterà sia la problematica psicologica che la componente teorica/pratica.

M. di karate Raffaele D'Antonio

(aperto a tutti i residenti di Arsago Seprio età minima 16 anni)

Quota assicurativa € 15.00

Giorni e orari:

Domenica 10 gennaio ore 9.30

Venerdì 15 gennaio ore 20.30

Venerdì 22 gennaio ore 20.30

Domenica 31 gennaio ore 9.30

Venerdì 5 febbraio ore 20.30

Venerdì 12 febbraio ore 20.30

Domenica 21 febbraio ore 9.30

Venerdì 26 febbraio ore 20.30

Per informazioni ed iscrizioni

Tutti i mercoledì e venerdì dalle ore 18:00 alle 20:00 in Palestra Comunale di Viale Vanoni

Montagnoli Germano 0331 295643

Morosi Rodolfo 0331 769455