



Member of SKISF Shotokan Karatedo International Swiss Federation

Sito Web: www.karatebzona.ch

E-mail: info@karatebzona.ch

Recapito: *Fabiano Falcetti, Via Centrale 9, CH-6500 Bellinzona
Tel. 079/ 821 79 22 (fabiano.falcetti@bluewin.ch)*

Comunicazione per i mesi da maggio a settembre 2013

1) Allenamenti per i ragazzi (lunedì e mercoledì)

Ultimo allenamento in palestra alla scuola CPC Bellinzona: lunedì, **13 maggio 2013**

Ultimo allenamento alla scuola SE Semine: mercoledì, **19 giugno 2013**

Gli allenamenti riprenderanno mercoledì, 4 **settembre 2013** alle ore 19:00 alla scuola SE delle Semine Bellinzona.

Allenamento regolare per l'anno scolastico 2013-14

lunedì ore 18:30 - 20:00 palestra CPC Bellinzona

mercoledì ore 19:00 - 21:30 palestra Scuole Semine Bellinzona

2) Allenamenti per gli adulti (martedì e venerdì)

I normali allenamenti alle Scuole Semine di Bellinzona terminano venerdì, **21 giugno 2013** e riprenderanno martedì, **3 settembre 2013** alle ore 19:30

Allenamento regolare per l'anno scolastico 2013-14

martedì e venerdì dalle 19:30 alle 21:30 palestra Scuole Semine Bellinzona

3) Stage estivo a Locarno 2013

Tutti i giorni, mattino e pomeriggio, da lunedì **22 luglio** a sabato **26 luglio 2013**, con possibilità di fare gli esami per il passaggio di cintura e di partecipare al torneo nazionale del mercoledì.

Tassa d'iscrizione ed eventualmente costo esami a carico del partecipante.

Per l'iscrizione allo stage, annunciarsi in palestra o telefonare.

4) Campo d'allenamento FTK a Olivone

Da venerdì 20 settembre a domenica 22 settembre (pernottamento di 2 notti, 4 allenamenti, torneo interstile). Partenza da Bellinzona il venerdì alle ore 17:30

Bellinzona, 6 maggio 2013

Per il comitato KCB
F.Falcetti