

STAGE AIKIDO

DAL 16 APRILE SERA AL 18
APRILE MEZZOGIORNO

DIRETTO DA

COGNARD HANSHI

AL CENTROANIDRA

Casali Loc. Casali di Stibiveri 16041

Borzonasca (GE) ITALIA

ORARI

Sabatò

09h00 - 10h30 /10h45 - 12h15

15h30 - 17h00 /17h15 - 18h45

Domenica

09h00 - 10h30 /10h45 - 12h15

TARIFFA 80€

**STAGE RESIDENZIALE DESTINATO AI PRATICANTI DI
AIKIDO E DI AIKISHINTAISO**

KARADA NO TANDEN : Rafforzare il corpo

SEISHIN TANREN : forgiare la mente

Munirsi tutti di un boken

Per ulteriori informazioni scrivere a: stagealpa@gmail.com

Alloggio in pensione completa (63€ al giorno)

Iscrizioni obbligatorie entro il 5 aprile 2021 al link seguente

https://docs.google.com/spreadsheets/d/1a0v--NG86_0XCMuFcXDaUig-UtlzjUpdR7wtXCehgNY/edit?usp=sharing



STAGE AIKIDO

**DAL 16 APRILE SERA AL 18
APRILE MEZZOGIORNO**

DIRETTO DA

COGNARD HANSHI

AL CENTROANIDRA

Casali Loc. Casali di Stibiveri 16041

Borzonasca (GE) ITALIA

INFORMAZIONI PRATICHE

Le lezioni si terranno all'esterno e si faranno in dogi e hakama.

A secondo delle condizioni climatiche è utile portare con sé un abbigliamento caldo e delle scarpe da ginnastica.

L'alloggio è in pensione completa all'interno di bungalow situati all'interno del centroanidra. La pensione completa comprende l'alloggio e i pasti dal venerdì sera alla domenica a pranzo inclusi. Appena lo stage è terminato, verrà servito un pranzo freddo per permettere ai partecipanti di lasciare il posto senza tardare troppo.

Il prezzo giornaliero è di 63€ in pensione completa ad esclusione di eventuali extra che dovrete pagare direttamente alla struttura

Cosa fare per iscriversi e il pagamento :

1. Iscriversi al link sotto entro il 5 aprile 2021

https://docs.google.com/spreadsheets/d/1a0v--NG86_0XCMuFcXDaUig-UtlzjUpdR7wtXCehgNY/edit?usp=sharing

Il numero di posti d'alloggio essendo limitato, la vostra iscrizione verrà considerata come un impegno da parte vostra.

2. Pagamento:

Il costo dello stage di 80€ e i costi di alloggio di 126€ verranno pagati in contanti al vostro arrivo presso i responsabili dell'ALPA che si terranno alla vostra disposizione.

Vi ringrazio della vostra diligenza e della vostra comprensione.

Per ogni informazione potete scrivere a stagealpa@gmail.com.

