

19º ESTÁGIO KARATE SHOTOKAN DE VILA DAS AVES



19 DE FEVEREIRO DE 2011



NO PAVILHÃO DA ESCOLA E B 2/3 DE VILA DAS AVES (junto ao Estádio).



ORIENTAÇÃO TÉCNICA DE SENSEI JOSÉ RAMOS 7º DAN

DOMINGO DIA 19

09.30 – 10.30 Horas _____ VERMELHOS, CASTANHOS E DANCAS
10.30 – 11.30 Horas _____ TODAS GRADUAÇÕES

11.40H - EXAMES ATÉ 5º KYU INCLUSIVÉ, todos os karatecas que queiram fazer exame tem que participar no estágio.

**CARACTER, SINCERIDADE, ETIQUETA, ESFORÇO E
CONTROLE**