



L'Asd Centro Taekwondo Gavoi-Ottana invita la S.V. alla manifestazione

**3° STAGE ALLENAMENTO
“GIOVANI PROMESSE:
FIGHTING TIGERS”
CADETTI A/B ESORDIENTI A/B
DOMENICA 28 APRILE 2019 ORE 9.30
PALAZZETTO DELLO SPORT GAVOI**

Tale attività ha lo scopo di creare un momento di incontro fra i giovani allievi al fine di stimolarli alla pratica del taekwondo all'insegna del divertimento e dell'amicizia.

PROGRAMMA

ORARIO: 9:15 saluto
9:30 inizio combattimenti
13:30 fine attività e saluto

SVOLGIMENTO ALLENAMENTO COMBATTIMENTO:

Cadetti A e B combattimenti con corazze normali e caschetti a visiera (Cadetti B), 2 tempi da 1min, recupero 30 sec.

Esordienti A e B combattimenti con corazze normali e caschetti a visiera, 2 tempi da 1 min, recupero 30 sec.

PREMIAZIONI:

Consegna attestato di partecipazione a tutti gli atleti.

All'arrivo ogni società dovrà consegnare il modello di iscrizione in originale e versare contributo di euro 5 per ogni atleta.

SCADENZA ISCRIZIONI: 20/04/2019

PROTEZIONI: Ogni atleta dovrà portare le proprie protezioni (corazza, parastinchi, parabraccia e caschetto).

CONTATTI: Per tutte le informazioni contattare la società organizzatrice ai seguenti indirizzi: mg.puddu23@gmail.com o pierpaologarau@libero.it

Cordiali saluti

Pierpaolo Garau (3282414424)

Maria Grazia Puddu (3200624290)