

# Night Special Training

**VENERDÌ 10 NOVEMBRE 2017**

**(9A EDIZIONE)**

**DALLE ORE 18.00 ALLE 20.30**

**ININTERROTTAMENTE**

**LUOGO: PALESTRA SCUOLA**

**PROFESSIONALE COMMERCIO DI**

**LOCARNO IN VIA CAPPUCCINI**

Allenamento speciale notturno suddiviso in 3 temi a ricorrenza annuale, comprendente:

- Khion
- Kata
- Kumité

eseguiti al buio (senza luci) e quindi in un'atmosfera diversa, che ci farà sentire sensazioni particolari di approccio alla nostra pratica marziale.

Serata aperta a tutti i praticanti indistintamente; al termine seguirà la cena facoltativa al Ristorante Old West a Muralto.

Si dovranno iscriversi almeno 8 -10 persone al fine di raggiungere l'atmosfera e lo scopo dell'allenamento. In caso contrario vi informeremo se si terrà l'allenamento normale.

[Confirma via e-mail a: mtogni@hispeed.ch](mailto:mtogni@hispeed.ch) o 079 339 24 54 entro martedì 6 novembre 2017.

Ticino Shotokan  
Karaté - Dojo di  
Gordola/Locarno

Suisse Shotokan

精氣



  
2017