



Domenica 24 Marzo 2013

Presso la palestra comunale di Montanaso L.

## STAGE di LOTTA

*Dalla posizione eretta, alla proiezione e finalizzazione in tre differenti stili:*

**JUDO - JU JITSU - MMA**

### PROGRAMMA:

- h. 9.30 presentazioni
- h. 9.40 riscaldamento
- h.10.00 prima tecnica
- h.10.45 seconda tecnica
- h.11.30 terza tecnica
- h.12.15 lavoro libero
- h.12.30 saluto finale

#### Docenti Judo

M° M. Bersani VI Dan  
Istr. A. Bettua III Dan

#### Docenti Ju Jitsu

M° S. Castrovilli VII Dan  
M° G. Bertelè VI Dan Interstyle

#### Docenti MMA

Istr. G. Marchesi I Dan ju jitsu - I dan kick boxing  
Istr. G. Galluzzi Guanto Giallo boxe francese

Insegnanti esperti in diverse arti marziali, vi porteranno a conoscere le dissimili possibilità per raggiungere uno scopo, partendo dalla medesima tecnica di aggressione.

lo stage è aperto a tutti e il costo di partecipazione è di €. 10,00 Tutto il ricavato sarà devoluto alla Missione Provida di Belèm do Parà in Brasile dove da anni opera padre Savino Mombelli cofondatore della missione, la cui E-Mail è: [savino.mo@gmail.com](mailto:savino.mo@gmail.com)

info: [gi@interstylesd.com](mailto:gi@interstylesd.com)

339 41 24 990 - 338 27 26 965