



Stage a Forlì

# Kiai & utilizzo della respirazione

La Bushido KarateDo di Forlì vi invita a partecipare allo stage che si terrà a Forlì

**domenica 28 febbraio 2010**

presso il Ginnasio Sportivo - V.le della libertà.

Lo stage è aperto a tutti i gradi, si svolgerà dalle ore 9,30 alle 12,30 con un programma che alternerà tecniche di Karate, Do Zen, Yoga, Shiatsu. Sarà tenuto dal M° Andrea Severi e Istr. Paolo Asirelli. Il costo è di euro 5,00

Alla fine dello stage, per mantenere un respiro comune, vi proponiamo di andare a pranzo tutti insieme.

Per comunicare la vostra adesione potete mandare una e-mail alla segreteria [segreteria@bkd-fo.net](mailto:segreteria@bkd-fo.net) oppure telefonare a Paolo 347-0419062

Spero di avervi con noi numerosi per poter condividere insieme il nostro studio.  
Paolo Asirelli a nome del Consiglio Direttivo del BKD asd.