



STAGE NAZIONALE
di
AIKIDO
a
CASLANO (TI)

presso il dojo

AIKIDO CLUB CERESIO

Palestra Scuola Comunale di Caslano
Via Baragia, 34

Sabato 25 Febbraio 2017

Domenica 26 Febbraio 2017

saranno presenti i Maestri

Daniel Zahnd (6° Dan)

Ida Herzig (4° Dan)

Virginio Laurini (4° Dan)

AIKIDO CLUB CERESIO

Programma

Sabato 25

ore 9.00 - 9:30	Iscrizione
ore 9.30 - 11.30	Allenamento
ore 12.00 - 14.30	Pausa pranzo
ore 14:30 - 16.30	Allenamento
ore 16.45	Esami

Domenica 26

ore 9.00 - 9:30	Iscrizione
ore 9.30 - 11.30	Allenamento

Quote iscrizione

Stage completo CHF 55.- Iscritti UAS (CHF 70.- No UAS)

Singola lezione CHF 20.- Iscritti UAS (CHF 25.- No UAS)

1 Chf=1 Euro

Per questioni organizzative e di spazio sulla materassina confermare la partecipazione inviando una mail a

info@aikidoclubceresio.ch

Pranzo sabato

Presso ristorante nella zona con prenotazione obbligatoria.
Inviare adesione a info@aikidoclubceresio.ch.

Cena sabato

Presso ristorante a Ponte Tresa (Italia) con un prezzo attorno ai 30 CHF.

Pernottamento sabato

Presso Hotel Ristorante Grotto Bagat a Lavena Ponte Tresa (Italia) con le seguenti sistemazioni:

- camera doppia (letti separati), compresa colazione a CHF 75
- camera quadrupla in due locali (due letti separati e un letto a castello), compresa colazione a 97 CHF.

Prenotazione obbligatoria. Disponibilità fino ad esaurimento posti.

Inviare adesione a info@aikidoclubceresio.ch.

AIKIDO CLUB CERESIO

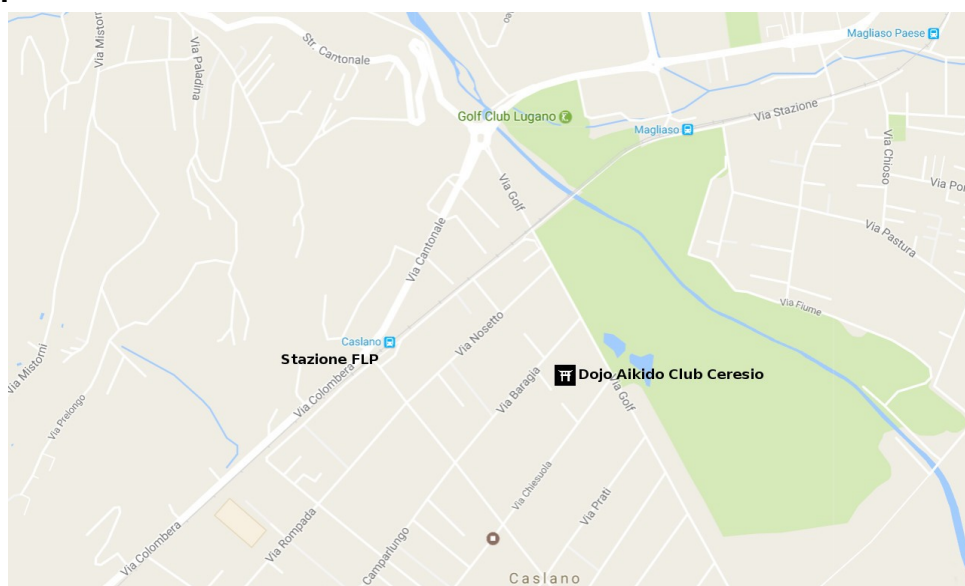
Come raggiungerci

In auto l'autostrada A2 Milano-Basilea vi permette di arrivare al Dojo Aikidoclubceresio con estrema facilità. Il Dojo è distante 70 km da Milano, 30 km da Locarno e Como e 20 km da Bellinzona e 25 km da Varese. Dall'uscita Lugano Nord si prosegue in direzione di Ponte Tresa-Caslano.

Il Dojo Aikidoclubceresio è facilmente raggiungibile anche con il treno, tramite la Ferrovia Lugano-Ponte Tresa (FLP www.flpsa.ch) situata di fronte alla stazione delle (FFS www.ffe.ch) di Lugano. Dalla fermata di **Caslano** si raggiunge a piedi in 4 minuti, 350 m.

By car you can easily reach Dojo Aikidoclubceresio from Milan in 40 minutes with the highway A2 Milan-Basel. Take the exit Lugano Nord and follow the road to Ponte Tresa-Caslano . The Dojo is 70 km from Milan, 30 Km from Locarno and Como and 20 Km from Bellinzona.

You can easily reach Dojo Aikidoclubceresio also by train, thanks to the Lugano-Ponte Tresa Train Service (FLP www.flpsa.ch) starting from directly opposite the main Railway Station (FFS www.ffe.ch) in Lugano. From the stop at Caslano you can reach the Dojo in 4 minutes' walk 350 meters.



Per informazioni:

Internet: www.aikidoclubceresio.ch

Info: info@aikidoclubceresio.ch

Telefono: +41 (0)79 24 75 332.