

# GARA EDUCATIVA PRIMAVERA Livello 2

**Domenica 5 maggio 2024**

Bellinzona, Dojo Dr. U. Käppeli, Via Saleggi 33

## INVITO

### Programma:

**ore 13.15 - 15.00: cinture mezze gialle (BG)**

Gara di cadute (ukemi): USHIRO UKEMI e YOKO UKEMI  
Shiai educativo a 3 ippon

**ore 15.00 - 16.45: cinture gialle (G)**

Gara di cadute (ukemi): USHIRO UKEMI e YOKO UKEMI  
Shiai educativo a 3 ippon

**ore 16.45 - 18.15: cinture mezze arancio (GA), arancio (A), mezze verdi (AV), verdi (V),  
mezze blu (VB), blu (BLU)**

Gara di cadute (ukemi): MAE MAWARI UKEMI  
Shiai educativo a 3 ippon

I ragazzi verranno suddivisi in poule da 4/5 ragazzi, iniziano la sfida con la gara di cadute, in seguito gara di shiai (durata 1'30").

### Apertura del dojo per i partecipanti alle ore 12.45

**Età:** Possono partecipare tutti i/le ragazzi/e U15 nati negli anni dal 2010 al 2018

### Iscrizioni:

Tramite il responsabile del proprio club da inviare entro mercoledì 1° maggio 2024 a [jasmine.radaelli@bluewin.ch](mailto:jasmine.radaelli@bluewin.ch), (piccole modifiche possono essere comunicate anche in seguito), utilizzando la scheda d'iscrizione allegata