

ACCADEMIA BUSHIDO

Arti Psicomotorie Orientali

Sede legale :

Via Silvio Pellico 12 10073 - CIRIÉ' (TO)

Tel. 011.9208785 Fax 011.9206972

Associazione No Profit - P.I.92016940014

e-mail - roberto@contiero.com



Sedi operative : Palestra Don Bosco **Shotokan Karate-do International Italia**
Palestra Fenoglio



ESAME 3° DAN



KIHON

1 *Combinazione di almeno 30 tecniche*

KUMITE (Spiegazione dei vari tipi di allenamento)

- Gohon Kumite
- Kihon Ippon Kumite
- Jiyu Ippon Kumite
- Jiyu Kumite

KATA

- Tekki Sandan
- Jitte
- Chinte
- Meikyo
- Jin
- Gankaku

TESI SCRITTA sulle tecniche e colloquio (da inviare 30 gg. Prima)