

ACSI - Ente Nazionale di Promozione Sportiva riconosciuto dal CONI



Unione Italiana Qwan Ki Do

Phuong Long Italia



STAGE INTERNAZIONALE CO VO DAO

diretto dal **Thầy Chưởng Môn**
PHAM XUAN TONG

coadiuvato dagli Esperti del **Phuong Long Italia**

29 – 30 MARZO 2014

1° SETTORE - SABATO 29 MARZO

Palazzetto di CERNUSCO - via Buonarroti, 44

Sabato - Cernusco: **14.30/16.00**

**LONG GIAN
BONG**

Principianti
da So Cap

Sabato - Cernusco: **16.00/17.30**

**MOC CAN
SONG COT
MOC GUOM**

da 2° Cap
da 2° Cap
da 3° Cap

2° SETTORE - DOMENICA 30 MARZO

Centro Sportivo di VAPRIO D'ADDA - via Vittoria, 1

Domenica – Vaprio d'Adda: **09.00/10.30**

**LONG GIAN
BONG**

da So Cap
Principianti

Domenica – Vaprio d'Adda: **10.30/12.00**

**ARMI DA TAGLIO
ARMI SPECIALI**

da 4° Cap
Direzione Tecnica Nazionale

SI RICORDA CHE LO STAGE E' RISERVATO AI PRATICANTI DI QWAN KI DO SETTORE ADULTI

ATTENZIONE

Per evitare che le armi graffino il pavimento della palestra, si ricorda di coprire le estremità delle Armi in Legno.