

心身統一合氣道

ASSOCIAZIONE TICINESE KI AIKIDO BALERNA

www.aikido-balerna.ch

SEMINARIO DI AIKIDO

sabato, 30 aprile 2022

09:30 – 12:00 16:00 – 18:30

con shihan Maurizio Volpe
con shihan Bernhard Boll

CH – Balerna, palestra comunale, Via San Gottardo 90a

posteggi gratuiti in zona blu nelle vicinanze della palestra
solo con autorizzazione municipale

la partecipazione al seminario è gratuita

pranzo, ore 13:00

Grotto del Mulino, Parco delle Gole della Breggia

menu: risotto alla parmigiana, uccelli scapati e luganiga con salsa di cipolle

vegetariano: risotto alla parmigiana, insalata mista e formaggino della Valle di Muggio

acqua in caraffa
caffè

€ 25 / chf 25

(sono escluse l'acqua minerale in bottiglia e le bevande alcoliche)

prenotazione obbligatoria per il pranzo, entro il 23 aprile 2022

informazioni e prenotazioni segreteria@aikido-balerna.ch tel 0041 (0)79 5615937



心身統一合氣道

ASSOCIAZIONE TICINESE KI AIKIDO BALERNA

www.aikido-balerna.ch

AIKIDO SEMINAR

Samstag, 30. April 2022

09:30 – 12:00 16:00 – 18:30

mit Shihan Maurizio Volpe
mit Shihan Bernhard Boll

CH – Balerna, palestra comunale, Via San Gottardo 90a

Parken gratis in der Blauen Zone um die Sporthalle
nur mit offiziellem Berechtigungsschein

Die Teilnahme am Seminar ist gratis.

Mittagessen, 13:00 Uhr

Grotto del Mulino, Parco delle Gole della Breggia

Menu: Risotto alla parmigiana, uccelli scapati und luganiga mit salsa di cipolle

vegetarisch: Risotto alla parmigiana, insalata mista und formaggino della Valle di Muggio

Wasser in Karaffe
caffè

€ 25 / CHF 25

(Mineralwasser in Flaschen und sonstige Getränke sind separat zu zahlen)

Anmeldung für das Mittagessen bis zum 23 April 2022 unbedingt erforderlich.

Information und Anmeldung: segreteria@aikido-balerna.ch tel 0041 (0)79 5615937



心身統一合氣道

ASSOCIAZIONE TICINESE KI AIKIDO BALERNA

www.aikido-balerna.ch

AIKIDO SEMINAR

Saturday, April 30, 2022

09:30 – 12:00 16:00 – 18:30

with Shihan Maurizio Volpe
with Shihan Bernhard Boll

CH – Balerna, palestra comunale, Via San Gottardo 90a

free parking in the blue zone near the gym
only with municipal authorization

there are no fees for the participation at the seminar

lunch, 13:00

Grotto del Mulino, Parco delle Gole della Breggia

menu: risotto alla parmigiana, uccelli scapati and luganiga with salsa di cipolle

vegetarian: risotto alla parmigiana, insalata mista and formaggino from Valle di Muggio

water in caraffa
caffè

€ 25 / chf 25

(mineral water in bottles and other drinks have to be paid separately)

Reservations required for lunch, by April 23, 2022.

Information and reservation: segreteria@aikido-balerna.ch tel 0041 (0)79 5615937

