

心身統一合氣道

ASSOCIAZIONE TICINESE KI AIKIDO BALERNA

www.aikido-balerna.ch

SEMINARIO DI AIKIDO

sabato, 23 marzo 2024

09:30 – 12:00 15:30 – 18:00

esami

con shihan Maurizio Volpe

con shihan Bernhard Boll

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

posteggi gratuiti nel parcheggio sterrato in Via San Gottardo
solo con autorizzazione municipale

giornata intera € 25

mezza giornata € 15

pranzo, ore 13:00

Grotto del Mulino, Parco delle Gole della Breggia

menu: polenta nostrana, uccelli scapati e luganiga con salsa di cipolle

vegetariano: risotto pere e gorgonzola, insalata mista e formaggio della Valle di Muggio

acqua in caraffa

€ 25

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

prenotazione obbligatoria per il pranzo, entro il 19 marzo 2024

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, 23. März 2024

09:30 – 12:00 15:30 – 18:00

Prüfungen

mit Shihan Maurizio Volpe
und Shihan Bernhard Boll

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

Parken gratis in der spezifizierten Zone
nur mit offiziellem Berechtigungsschein

ganzer Tag	€ 25
halber Tag	€ 15

Mittagessen, 13:00 Uhr

Grotto del Mulino, Parco delle Gole della Breggia

Menu: Polenta nostrana, uccelli scapati und luganiga mit salsa di cipolle

vegetarisch: Risotto pere e gorgonzola, insalata mista und formaggino della Valle di Muggio

Wasser in Karaffe

€ 25

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

Anmeldung für das Mittagessen bis zum 19. März 2024 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, March 23, 2024

09:30 – 12:00 15:30 – 18:00

examinations

with Shihan Maurizio Volpe
and Shihan Bernhard Boll

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

free parking in the specified zone
only with municipal authorization

whole day € 25

half day € 15

lunch, 13:00

Grotto del Mulino, Parco delle Gole della Breggia

menu: polenta nostrana, uccelli scapati and luganiga with salsa di cipolle

vegetarian: risotto pere e gorgonzola, insalata mista and formaggio from Valle di Muggio

water in caraffa

€ 25

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

Reservations required for lunch, by March 19th, 2024

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

