



# Yawara

## NEWS



### OTTOBRE 2016

#### CERTIFICATI MEDICI

Per chi non fosse ancora in regola con il **CERTIFICATO MEDICO di sana e robusta costituzione per attività fisica sportiva non agonistica**, ricordiamo che il Centro Arti

Marziali YAWARA Verona ha stipulato una convenzione con il Centro Medico GALENA VENETA.

Grazie ad essa tutti i nostri tesserati avranno la possibilità di effettuare la visita medica NON agonistica comprensiva di ECG presso il nostro Centro.

C'è ancora qualche posto disponibile per la giornata di DOMANI e di VENERDI'.

Affrettati a prenotarla, potrebbe essere l'ultima occasione!



#### Sei ancora senza divisa?

**Informaci sulla tua altezza, provvederemo ad ordinartela..**

Se ti sei iscritto ad un **corso di JUDO, KARATE, JUJITSU o AIKIDO** e non sei ancora in possesso di un kimono (judogi o karategi), ti preghiamo ti provvedere all'acquisto al più presto.

Grazie alla convenzione della nostra palestra con Oriente Sport, vi offriamo la possibilità di acquistare una buona divisa ad un prezzo agevolato presso il nostro Centro. Informaci **ENTRO GIOVEDI'** sulla tua altezza, in serata proseguiremo con l'ordine.



## PRENOTA IL TUO TRATTAMENTO SHIATSU GRATUITO:

Invitiamo coloro che hanno sottoscritto un abbonamento annuale presso di noi con pagamento annuale a ritirare al più presto presso la segreteria il **buono gratuito** che da diritto ad un trattamento shiatsu omaggio. Potrete utilizzarlo voi stessi o regalarlo a chi più desiderate.

Chi ne fosse già in possesso è pregato di presentarsi o telefonare per la prenotazione (ricordiamo che è utilizzabile **ENTRO IL 31/12**).

Il nostro operatore ha la possibilità di offrire il servizio ogni lunedì, mercoledì e venerdì dalle ore 17, con un minimo di 2 prenotazioni per lo stesso giorno.



## QUEST'ANNO CORSI DI FITNESS IN CONCOMITANZA CON LE DISCIPLINE PER I BAMBINI E I RAGAZZI !!! :

### CORSI BAMBINI E RAGAZZI 2016/2017

Quest'anno abbiamo pensato anche alle mamme!!!

Ecco gli orari delle discipline per i bambini e ragazzi, affiancati alle proposte per i genitori che vogliono approfittare di quest'opportunità per dedicare del tempo a se stessi ☺



<b>JUDO</b>	17:00 – 18:00	Judo bambini	PILATES	<b>GIOVEDI'</b>	Judo bambini	FITNESS
	18:00 – 19:00	Judo ragazzi			Judo ragazzi	FITNESS
<b>KARATE</b>	17:00 – 18:00	Karate bambini	FITNESS	<b>GIOVEDI'</b>	Karate bambini	FITNESS
	18:00 – 19:00	Karate ragazzi	FITNESS		Karate ragazzi	FITNESS
<b>JU JITSU</b>	17.00 – 18:30	Ju Jitsu bambini	FITNESS	<b>GIOVEDI'</b>	Ju Jitsu ragazzi	FITNESS
	19:00 – 20:00	Ju Jitsu ragazzi	FITNESS			

Vi alleghiamo il calendario chiusure della stagione 2016-2017 :

## CALENDARIO CHIUSURE E SOSPENSIONE CORSI 2016/2017

SETTEMBRE							OTTOBRE							NOVEMBRE							DICEMBRE																
L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D										
			1	2	3	4						1	2		1	2	3	4	5	6				1	2	3	4										
5	6	7	8	9	10	11	3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	5	6	7	8	9	10	11										
12	13	14	15	16	17	18	10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	12	13	14	15	16	17	18										
19	20	21	22	23	24	25	17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	19	20	21	22	23	24	25										
26	27	28	29	30			24	25	26	27	28	29	30	28	29	30					26	27	28	29	30	31											
							31																														
GENNAIO							FEBBRAIO							MARZO							APRILE																
L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D										
					1				1	2	3	4	5			1	2	3	4	5						1	2										
2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12	6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9										
9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19	13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16										
16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26	20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23										
23	24	25	26	27	28	29	27	28						27	28	29	30	31			24	25	26	27	28	29	30										
30	31																																				
MAGGIO							GIUGNO							LEGENDA																							
L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	<table border="1"> <tr> <td style="background-color: #00FF00;"></td> <td>INIZIO CORSI</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #FFFF00;"></td> <td>SETTIMANA DELLO SPORT</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #FF0000;"></td> <td>FINE CORSI</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #808080;"></td> <td>SOSPENSIONE CORSI BAM/RAG</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #404040;"></td> <td>CHIUSURA PER FESTIVITA'</td> </tr> </table>															INIZIO CORSI		SETTIMANA DELLO SPORT		FINE CORSI		SOSPENSIONE CORSI BAM/RAG		CHIUSURA PER FESTIVITA'
	INIZIO CORSI																																				
	SETTIMANA DELLO SPORT																																				
	FINE CORSI																																				
	SOSPENSIONE CORSI BAM/RAG																																				
	CHIUSURA PER FESTIVITA'																																				
1	2	3	4	5	6	7				1	2	3	4																								
8	9	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11																								
15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18																								
22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25																								
29	30	31					26	27	28	29	30																										

RICORDIAMO CHE IL NOSTRO BADGE  
TI DA DIRITTO AD UNO SCONTO PRESSO:



**Arnold's**  
pizza

