



Associazione Sportiva Dilettantistica



# DAI SHIN DO SISTIANA - TRIESTE



**Marina Marco Walter Julia Ariella Matteo**



**Raffaella**

Per informazioni:

[www.daishindo.it](http://www.daishindo.it)

[daishindokarate@gmail.com](mailto:daishindokarate@gmail.com)

whatsapp 339-3846192



S.I.P. loc. Visogliano 9/n – Duino Aurisina

# **CORSI DI KARATE *stile shotokan*** **YOGA DIFESA PERSONALE** **JU JITSU**

**A TRIESTE** c/o palestra1 Pala Trieste  
**ALLIANZ DOME -** entrata da via E. Miani

**KARATE**

**Martedì e Giovedì** dalle 17.30 alle 18.30 **Bambini 5-7 ANNI (anche con genitori)**  
dalle 18.30 alle 19.30 **Ragazzi 8-15 ANNI e ADULTI**

**DIFESA PERSONALE – JU JITSU**

**Martedì e Giovedì** dalle 19.30 alle 21.00 **Ragazzi over 15 e ADULTI**



**A SISTIANA** c/o Scuola Media De Marchesetti  
**Località Sistiana, 225, 34011 Duino Aurisina TS**

**KARATE**

**Mercoledì e Venerdì** dalle 17.30 alle 18.30 **Bambini 4-7 ANNI (anche con genitori)**  
dalle 18.30 alle 19.30 **Ragazzi 8-14 ANNI**  
dalle 19.30 alle 20.30 **Ragazzi over 15 e ADULTI**

**Lunedì HATA YOGA**

SISTIANA-Scuola Media De Marchesetti  
dalle 18.30 alle 19.45

**Giovedì HATA YOGA**

VILLAGGIO del PESCATORE-  
Saletta Parrocchiale  
dalle 17.30 alle 18.45

