

[illegible]

Programul de desfasurare:

08.30 – prezenta sportivilor (tineret + seniori) in sala de sport, pentru incalzire
09.00 – 09.15 – sedinta tehnica de arbitraj
09.30 – 11.30 – kata + kumite (tineret + seniori)
11.30 – 12.00 – sedinta tehnica (participarea obligatorie a tuturor instructorilor)
12.00 – 14.30 – kata copii, minicadeti, cadeti si juniori
14.30 – 15.00 – pauza de masa
15.00 – 18.00 – kumite copii, cadeti si juniori

[9°C / 4°C](#) [Parțial noros](#) [Mâine](#) la 09:00

Mâine

.

[Centrul Sportiv Apollo](#) Bd. Energeticienilor Nr.

C.d.P. - SKDUN