



Bergamo, 30 gennaio 2018

**AI GENITORI DEGLI ALUNNI
DELLE CLASSI 3^A A, B e C**

Circ. CGS 43 2017.18

Oggetto: CORSO DI SHOREI KAN 2018

Si comunica che, nelle ore curricolari di scienze sportive e motorie, con l'insegnante prof.ssa Ravasio ed un istruttore di **SHOREI KAN**, si effettuerà un corso di avviamento a questa disciplina sportiva, completamente gratuito per gli alunni, con durata di quattro lezioni nelle date di **martedì 6/20/27 febbraio e 6 marzo 2018**.

Gli incontri prevedono la spiegazione della disciplina, il saluto iniziale, difesa personale (applicazione del respiro, difesa a terra), controllo delle emozioni attraverso il respiro, saper cadere ...

Gli alunni dovranno indossare il consueto abbigliamento usato per le lezioni di educazione fisica (si consigliano pantaloni della tuta per esercizi a terra e calzoncini di cotone per potere stare scalzi).

Cordiali saluti.

Il Coordinatore delle attività didattiche (Prof. Giovanni Quartini)