



AIKIDO BALERNA



SEMINARIO INTERNAZIONALE DI AIKIDO

16-17-18 ottobre 2026

presso la palestra comunale

CH – 6828 Balerna, Via San Gottardo 90a

(parcheggi gratuiti con contrassegno municipale)

con gli Shihan

Maurizio Volpe e Bernhard Boll

organizzazione

Associazione ticinese ki aikido

contatto: segreteria@aikido-balerna.ch

programma

venerdì	16 ottobre	19:30 - 21:00
sabato	17 ottobre	09:00 - 11:30 11:30 - esami 16:00 - 18:00 18:00 - esami
domenica	18 ottobre	09:30 - 12:00

costi

seminario completo	40 €
venerdì	10 €
sabato e domenica	30 €
sabato	20 €
domenica	15 €

pranzi e cene

venerdì sera, 16 ottobre 2026, ore 21:30 (in dojo)

pizze, insalata di riso/farro e involtini primavera vegetariani
acqua minerale e birre

cena offerta dall'Associazione ticinese KI Aikido Balerna

sabato, 17 ottobre 2026, ore 13.00

pranzo c/o Grotto del Mulino, Morbio Inferiore (Parco delle Gole della Breggia)

menù: polenta nostrana, luganiga, uccelli scapati e salsa di cipolle
vegetariano: ricca insalata d'autunno, formaggio della Valle di Muggio, risotto zucca e funghi
acqua naturale in caraffa

sono esclusi i dolci e tutte le altre bevande

€ 30 pagamento cash in segreteria al momento dell'arrivo in palestra

sabato sera, 17 ottobre 2026, ore 19:30/20:00

cena c/o Ristorante Stazione, Via Stazione 34, 6828 Balerna

piccolo aperitivo
crema di zucca e gorgonzola, scelta tra spaghetti cacio e pepe e paccheri alla Norma
acqua naturale in caraffa
vino e birre a discrezione
caffè

sono esclusi i dolci e tutti i superalcolici

€ 35 pagamento alla cassa del ristorante

domenica, 18 ottobre 2026, ore 13.00

pranzo c/o Grotto del Mulino, Morbio Inferiore (Parco delle Gole della Breggia)

menù alla carta

prenotazione obbligatoria per tutti i pasti entro venerdì 9 ottobre 2026

aiutateci a darvi la migliore accoglienza, confermando la vostra partecipazione al seminario
i partecipanti devono essere assicurati privatamente contro gli infortuni

Arrivederci sui nostri tatami !

