



PREFEITURA DE SANTOS
Secretaria de Educação



NÚCLEO ESCOLA TOTAL: CAIS MILTON TEIXEIRA
ANOS: 1º AO 9º **OFICINA:** KARATE
EDUCADOR: SENSEI LÚCIO LIMA
PERÍODO: 17 / 08 /2020 A 28 / 08 /2020
KATA NAIHANCHI SHODAN PARTE 2



ORIENTAÇÕES GERAIS

SIGA ATENTAMENTE AS POSIÇÕES DAS IMAGENS ACIMA. A POSIÇÕES DOS PÉS, E O OLHAR, TAMBÉM SÃO IMPORTANTES, PARA QUE SUA LUTA IMAGINÁRIA SAI CADA VEZ MAIS PERFEITA. PARA SABER MAIS ENTRE NO MEU CANAL: DOJO SEISHIN SENSEI LÚCIO LIMA, FACEBOOK CAIS MILTON TEIXEIRA, COMPARTILHE SUAS SUGESTÕES E NOS MOSTRE ATRAVÉS DE VÍDEO E FOTOS O QUE VOCÊ APRENDEU!