

SHOTOKAN KARATE-DO KOLLEGIION

LEIRI 3.10.2015

Nakkilan Liikuntakeskus



Ohjelma:

09.30-10.00
10.00-12.00 (á 1h/vaihto)
12.00-12.30
12.30-14.00
14.30-16.00

Ilmoittautuminen
Perustekniikka + kumite (senseit H.Hämäläinen, 7 DAN ja M.Ruotsalainen, 6 DAN)
Lounastauko (omat eväät), kahvibuffet paikalla
Shotokan peruskata
DAN-vyökokeet (shotokan kollegio)

Dan-kokeeseen tulijat; kirjallinen anomus oman sensein kautta 25.9.2015 mennessä sensei Harri Hämäläiselle, sähköposti h.hamalainen.karate@gmail.com.

Testivaatimukset saa omalta valmentajalta ja kollegiolta, testiin tulijoilla on oltava oman päävalmentajan/sensein suostumus/lupa/hyväksyntä testiin.

Leirimaksu on kollegion jäsenseurojen harrastajille 25,-, muille 35,-. Dan-vyökoemaksut kollegion hinnaston mukaan, maksu ilmoittautumisen yhteydessä. Kaikille karatepassi mukaan.

Leiripaikka; Nakkilan Liikuntakeskus, Kuntotie, Nakkila

Lisätiedot; sensei Harri Hämäläinen 040-7120 909, Lasse Kalliokorpi 050-3474 500

