

SHOTOKAN KARATE-DO KOLLEGIION SYYSLEIRI LAUANTAINA 5.10.2019 YLÖJÄRVELLÄ



Ohjelma:

10.00 - 10.30	Ilmoittautuminen
10.30 - 12.00	Kumite: perustekniikat ja sovellukset
12.00 - 12.45	Lounastauko (omat eväät tai lähistön lounaspaikat)
12.45 - 14.15	Kata: Nijushiho / Heian-katat ja bunkai
14.30 -	DAN-vyökokeet



TOKYO 2020

Valmentajina kollegion ja jäsenseurojen senseit.

Leiri on tarkoitettu kaikille vyöarvoille ja kaikenikäisille harrastajille.

DAN-kokeeseen osallistujat: kirjallinen anomus oman sensein kautta 14.9.2019 mennessä kollegion puheenjohtajalle sensei Harri Hämäläiselle: h.hamalainen.karate@gmail.com, puh. 045-1013 534.

DAN-testivaatimukset ja täytettävät lomakkeet saa omalta valmentajalta ja kollegiolta. Testiin osallistuvilla on oltava oman päävalmentajan / sensein suostumus / lupa testiin.

HUOM! DAN-testit ja -diplomit vain kollegion virallisille jäsenille.

Leirimaksu kollegion jäsenseuralaisille 25 e / henkilö ja muille 40 e / henkilö.
DAN-koemaksut kollegion hinnaston mukaan.

Leirimaksu ilmoittautumisen yhteydessä. Muista ottaa karatepassi mukaan!

Leiripaikka: Moisio koulu, Kuusistontie 1, 33480 Ylöjärvi

Tervetuloa!

