

SHOTOKAN KARATE-DO & SHOKO-RYU KOLLEGIOIDEN SUURLEIRI 25.4.2015

Ohjelma:

09.30-10.30

10.30-12.00

12.00-12.30

12.30-14.00

14.30-

Ilmoittautuminen

Kumite, perustekniikka + kata "vanhan ajan" karatetyylillä (senseit H.Hämäläinen 7 DAN, Kimmo Koski 6 DAN, Mikko Ruotsalainen 6 DAN, Timo Nurmi 5 DAN ja muut kollegioiden senseit)

Lounastauko (omat eväät, tai lähistön pizzeria, chinese jne.)

Kumite, perustekniikka ja kata (old timer style)

DAN-vyökokeet (shotokan ja shoko-ryu-kollegiot)

Leiri on tarkoitettu kaikille vyöarvoille ja kaikille harrastajille. Tervetuloa!

Dan-kokeeseen tulijat; kirjallinen anomus oman sensein kautta 15.4.2015 mennessä kollegioiden puheenjohtajille; shotokan h.hamalainen.karate@gmail.com shoko-ryu Kimmo.Koski@csc.fi

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

Leirimaksu on 25,-. Dan-vyökoemaksut kollegioiden hinnaston mukaan, maksu ilmoittautumisen yhteydessä. Karatepassi mukaan.

Leiripaikka; Nurmijärven Yhteiskoulu, Pratikankuja 8, Nurmijärvi

