

Vårläger 2011



Tränare under lägret

- Sensei Jon Wicks
- Ky Buon Tang
- Mikael Öberg
- Omar Ahmedin
- Greeg Nordqvist
- Håkan Edvinhielm
- Jörgen Johansson
- med flera...

Tider

Ett detaljerat schema delas ut vid registreringen.

Fre 27/5 kl 19-21

Brunt till svart bälte, Sal 3

Lör 28/5 kl 8.15-16

Vitt till svart bälte, Centercourt, sal 3 & 5

Sön 29/5 kl 8.30 -13 med efterföljande gradering

Vitt till svart bälte, Centercourt, sal 3 & 5

Vårlägret är snart här!

Obligatoriskt för dig som vill gradera
27-29 maj, Tibblehallen Täby

Öppet träningsläger för alla karateintresserade, från vitt till svart bälte. Kravet för att delta är att man ska ha tränat aktivt i minst tre månader.

Lägret leds av vår chefstränare Michael Öberg 5:dan och vid sin sida har han Sensei Jon Wicks samt en rad eminenta tränare från olika klubbar.

Ingen föransökan krävs, man registrerar sig och betalar på plats. Lägeravgiften är 500 kr för två dagar och 300 kr för en dag. Registreringen öppnar på lördagen kl 08.30 i entrén till stora Centercourt. Kom i tid och endast kontant betalning godtas. Om man deltar under båda dagarna finns möjlighet att gradera inom stilen Wado Ryu på söndagen.

För karateutövare som har brunt eller svart bälte i Wado Ryu finns möjlighet att delta på en extrainsatt träning fredagen den 27 maj kl 19-21 med speciellt inbjuden tränare.

Se till att ta med dig ordentlig lunchmatsäck samt vattenflaska och energigivande mellanmål. Det finns även möjlighet att köpa lunchbiljetter vid registreringen.

Graderingen kostar 300 kr. Glöm inte att ta med graderingsboken! För nybörjare finns dessa att köpa vid registreringen.

Varmt välkommen!

