

# SHOTOKAN KARATE-DO KOLLEGION SYYSLEIRI



## Ohjelma:

10.00-10.30  
10.30-11.45

11.45-12.30  
12.30-13.45  
14.00-

空手道



## LAUANTAINA 10.11.2018

Ilmoittautuminen  
Kumite, voittoisat tekniikat, MM/EM-mitalisti Sensei Mikko Ruotsalainen, 6 DAN  
Bassai-katat (Bassai-Dai, Bassai-Sho)  
Lounastauko (buffet paikalla, omat eväät, tai lähistön lounaspaikat)  
Kumite-/katatreeni jatkuu, treeniryhmien vaihto  
DAN-vyökokeet

Valmentajat/senseit; H. Hämäläinen, M. Ruotsalainen, kollegion ja jäsenseurojen senseit

Leiri on tarkoitettu kaikille vyöarvoille ja kaikille harrastajille. Tervetuloa!

Dan-vyökokeeseen tulijat; kirjallinen anomus oman sensein kautta 26.10.2018 mennessä kollegion puheenjohtajalle h.hamalainen.karate@gmail.com, puh. 045-1013 534.

Testivaatimukset ja täytettävät lomakkeet saa omalta valmentajalta ja kollegiolta, testiin tulijoilla on oltava oman päävalmentajan/sensein suostumus/lupa testiin. HUOM: dan-testit ja diplomit vain kollegion virallisille jäsenille.

Leirimaksu on kollegion jäsenille 25,-, muille 40,-, dan-vyökoemaksut kollegion hinnaston mukaan. Leirimaksu ilmoittautumisen yhteydessä. Karatepassi mukaan.

**Leiripaikka; Nurmijärven Yhteiskoulu, Pratikankuja 8** (käynti ja paikoitus sisäpiha)



TOKYO 2020

