

Sensei BOB NASH

SEMINAARI 30.10.–1.11.2020



Loka/marraskuussa 2020 saamme Sensei Bob Nashin (7.dan) vieraaksemme ja ohjaamaan Tapanilaan leiriä.

Seminaari soveltuu kaikille karaten harrastajille ja siinä keskitytään Wado-Kai tyyliuunnan perusteisiin syventäen kaikkien osallistujien osaamista.

Osa harjoituksista on jaettu eri vyö-tasoille tilan rajallisuuden vuoksi.

Leirin aikataulu:

perjantai 30.10.2020

14.00–16.30 Dan-vyöt lisäharjoitus*
19.00–21.00 Kaikki vyöarvot

lauantai 31.10.2020

09.30–11.00 Kyu-vyöt
12.00–13.45 Kyu-vyöt
14.00–15.30 Dan-vyöt
16.00–18.00 Dan-vyöt

sunnuntai 1.11.2020

10.00–12.00 Kaikki vyöarvot
13.00–15.00 Kaikki vyöarvot



TERVETULOA

Leirimaksu:

Tapanilan Erä Karate ry: ohjaaja 25 eur ja jäsen 50 eur
Muiden seurojen harrastajat 70 eur
* Dan-vöiden lisäharjoitus perjantaina 20 eur

Ilmoittautuminen:

Leirille on harjoittelupaikkoja rajoitetusti.
Ilmoittautuminen 15.10.2020 mennessä:

<http://erankarate.fi>

Ilmoittautuminen on sitova. Maksu palautetaan vain perustelusta syystä, kuten sairastumisesta johtuvasta perumisesta. Mikäli koronaepidemia estää tapahtuman toteuttamisen, palautetaan osallistumismaksut.

Leiripaikka:

Tapanilan Erä Karate ry:n sali
Jäkälätie 2, 00730 HELSINKI

Lisätietoja:

erankarate@gmail.com erankarate.fi

Sensei BOB NASH

SEMINAARI 30.10.–1.11.2020



Loka/marraskuussa 2020 saamme Sensei Bob Nashin (7.dan) vieraaksemme ja ohjaamaan Tapanilaan leiriä.

Seminaari soveltuu kaikille karaten harrastajille. Seminaarissa keskitytään Wado-Kai tyylisuunnan perusteisiin syventäen kaikkien osallistujien osaamista.

Osa harjoituksista on jaettu eri vyötasoille tilan rajallisuuden vuoksi.

Leirin aikataulu:

perjantai 30.10.2020

19.00–21.00 Kaikki vyöarvot

lauantai 31.10.2020

09.30–11.00 Kyu-vyöt

12.00–13.45 Kyu-vyöt

14.00–15.30 Dan-vyöt

16.00–18.00 Dan-vyöt

sunnuntai 1.11.2020

10.00–12.00 Kaikki vyöarvot

13.00–15.00 Kaikki vyöarvot



Leirimaksu:

Tapanilan Erä Karate ry ohjaaja 25 eur

Tapanilan Erä Karate ry jäsen 50 eur

Muiden seurojen harrastajat 70 eur

Ilmoittaminen:

Leirille on harjoittelupaikkoja rajoitetusti. Ilmoittautuminen 15.11.2019 mennessä:
<http://erankarate.fi/ajankohtaista/uutiset/2018-tapanilan-eran-karatejaoksen-tapahtumat>

Leiripaikka:

Tapanilan Erä Karate ry:n uusi sali Jäkälätie 2 00730 HELSINKI

Lisätietoja:

Maija Laaksoselta +358 40 543 7733 erankarate@gmail.com erankarate.fi

TERVETULOA

Sensei BOB NASH

SEMINAARI 30.10.–1.11.2020



Loka/marraskuussa 2020 saamme Sensei Bob Nashin (7.dan) vieraaksemme ja ohjaamaan Tapanilaan leiriä.

Seminaari soveltuu kaikille karaten harrastajille. Seminaarissa keskitytään Wado-Kai tyylisuunnan perusteisiin syventäen kaikkien osallistujien osaamista.

Osa harjoituksista on jaettu eri vyötasoille tilan rajallisuuden vuoksi.

Leirin aikataulu:

perjantai 30.10.2020

14.00–16.30 Dan-vyöt lisäharjoitus*
19.00–21.00 Kaikki vyöarvot

lauantai 31.10.2020

09.30–11.00 Kyu-vyöt
12.00–13.45 Kyu-vyöt
14.00–15.30 Dan-vyöt
16.00–18.00 Dan-vyöt

sunnuntai 1.11.2020

10.00–12.00 Kaikki vyöarvot
13.00–15.00 Kaikki vyöarvot



TERVETULOA

Leirimaksu:

Tapanilan Erä Karate ry: ohjaaja 25 eur ja jäsen 50 eur
Muiden seurojen harrastajat 70 eur
* Dan-vöiden lisäharjoitus perjantaina 20 eur

Ilmoittautuminen:

Leirille on harjoittelupaikkoja rajoitetusti.
Ilmoittautuminen 15.10.2020 mennessä:
<http://erankarate.fi/ajankohtaista/uutiset/2018-tapanilan-erankaratejaoksen-tapahtumat>
Ilmoittautuminen on sitova. Maksu palautetaan vain perustellusta syystä, kuten sairastumisesta johtuvasta perumisesta. Mikäli koronaepidemia estää tapahtuman toteuttamisen, palautetaan osallistumismaksut.

Leiripaikka:

Tapanilan Erä Karate ry:n uusi sali Jäkälätie 2
00730 HELSINKI

Lisätietoja:

erankarate@gmail.com erankarate.fi