

SEMINARIUM KARATE:

Katatekniker Goshin-kumite Kyusho (tryckpunkter)

När: 1-3/10 2021

Var: Budokan Bockholmsvägen 23, Skellefteå

Med: Sensei Hardy Holm & Lars Fidler



Program:

Fredag 1/10: 18:00 – 19:30 Teoripass: Kata-bunkai - kyusho
19:30 – 21:00 Kyusho (tryckpunkter)

Lördag 2/10: 10:00 – 11:30 Goshin-kumite
11:30 – 13:00 Lunch
13:00 – 14:00 Ne Waza (markkamp)
14:10 – 15:10 Kyusho (tryckpunkter)
15:30 – 17:00 Kata - bunkai
18:00 - Gemensam Middag

Söndag 3/10: 09:00 – 10:00 Goshin-kumite
10:00 – 11:00 Kata - bunkai
11:00 – 12:00 Lunch
12:00 – 14:00 Arnis/eskrima
14:15 – 15:00 Mitspass

FRÅN +12 ÅR

Pris: 300 kr

(Betalas på plats;
kontant eller swish)

Fri övernattnig
i dojon
(Meddela vid anmälan)

Arrangör:

ÖVRE NORRLANDS
KARATEFÖRBUND, ÖNKF

Anmälan:

Senast torsd. 30/9

Till:

Sylve Holmgren
Tel: 072-553 33 76
sylve.holmgren@ktv.asele.se

Välkomna !

