

Hej på er karatekas!

Öppet kataseminarium för ÖNKF. Lägret är öppet för alla karateutövare, både de som tävlar och de som inte tävlar. Det kommer att läras ut katateknik som du kan använda i din dagliga träning, samt en timmes självförsvar. Lägret sker i samarbete med RF-SISU i Norrbotten och Västerbotten.

Avgiften är 200:- och betalas kontant eller via swish.

Kata

Tid: 16/5 -20 kl. 11:00 – 16:00, med lunch 13.00 – 14.00.

Plats: Budokan
Laboratorgränd 13
931 62 Skellefteå

Tränare: Kyoshi Johan Bakteman, 7:e dan

Anmälan: backtemanjohan@gmail.com

