

Kata/kumite seminarium med träningstävlingar

Lördag 25/1 Budokan, Skellefteå

Öppet för alla karatekas i ÖNKF

Dagen börjar med träning. Sedan blir det träningsmatcher.

Instruktörer:

Kata - Linda Andersson

Kumite - Sandra Knutar Ahlard

Lägret är **öppet för alla karateutövare, från 9 år och uppåt**, både de som tävlar och de som inte tävlar.

Man kan delta i kata eller kumite under dagen, eller båda om man vill.

Ta med något att äta. (Micro finns i Budokan).

För de som ska delta i kumite, glöm inte att ta med **fightingutrustning**; tandskydd, handskydd och benskydd.

Ingen avgift kommer att tas ut för seminariet.

Kata/kumite seminarium

Tid: 25/1 2025 kl. 11:00 – 16:00.

Plats: Budokan
Laboratorgränd 13
931 62 Skellefteå

Anmälan: sylve.holmgren@ktv.asele.se (senast 23/1)

