

24:e - 26:e Augusti 2018

Bubishi Seminarium



Ett samarbete mellan Guldstadens
Kyokushin och Guldstadens Shotokan.

Välkomna till Budokan !

- Än en gång har vi äran att gästas av Sensei Hardy Holm och Sensei Karin Hedenvind från Students of Goju Ryu.

Program

1. **Bubishi - Historia och Tolkning (Teori)**
2. **Vitala punkter (Teori och Praktik)**
3. **Genomgång av positioner som nedtecknats i Bubishi och praktisk tillämpning av teknikerna.**
4. **En autentisk shaolin kata**
5. **Sanchin Kata, andning och Tayia Undo**

Information:

Lägret startar 18:00 fredag 24:e Augusti och slutar runt 16:00 på Söndag den 26:e Augusti

Pris för lägret 300 kr per person. Betala gärna via swish på plats. Gratis övernattnig på Budokan. Anmälan kan göras på budokanlager@gmail.com

Ta gärna med egna knogskydd. Frågor ?
070-577 29 09 Fredrik Westermarck

OBS ! Begränsat antal platser.


Idrottsutbildarna