

GRADERINGSLEIR FOR KOFUKAN NORGE

Dato : Lørdag 7. desember 2013

Sted: Leikvollhallen i Asker (Risenga idrettspark)

Instruktører: Øystein Graf 6. Dan, Magnus Norryd 4. Dan, Oddveig Birkeflet 4. Dan samt, Chiu Wai Mickey Yip 3. Dan, og andre norske sortbelter

Priser:

For hele leiren:

17 år og eldre: kr. 400,-

16 år og yngre: kr. 400,-

Det vil ikke være mulig å betale for deler av leiren. De som kun kommer på graderingen må betale full pris. Betalingen skjer enten ved forhåndspåmelding i klubben, eller ved fremmøte. For familier som betaler samlet gis en rabatt på kr. 50,- for medlem nr. 2,3,4 etc.

Partiinndeling:

De som vanligvis trener på separate barnepartier i klubben skal også trene på barneparti under treningsleiren. Husk at de barna som har brunt eller svart belte trener med de voksne. De enkelte partiene vil i tillegg bli delt opp i flere grupper med forskjellige instruktører under trening.

Påmelding:

Forhåndspåmelding i klubben.

Har du ikke forhåndsbetalt, må du registrere deg og betale innen treningsøkten starter.

Husk medlemspass!

Treningstider:

Barneparti:

Gul stripe – Oransje

Grønn stripe - Brun stripe

Voksne:

Nybegynnere - Blått

Brunt - Sort

Barn med brunt og sort trener og graderer sammen med de voksne

Gradering:

Barneparti:

Gul stripe - Oransje

Grønn stripe - Brun stripe

Voksne:

Nybegynnere - Blått

Brunt - Sort

Treningssted:

Leikvollhallen hører til Risenga idrettspark (rett ved Asker-hallen). Hallen ligger i gangavstand fra Asker sentrum (hvis du kommer med buss eller tog).

Spørsmål:

Hvis du skulle ha noen spørsmål kan du kontakte noen av trenerne eller lederne i din egen klubb. Eventuelt kan du ringe Øystein Graf på telefon 913 00 858.

Vennlig hilsen styret i Kofukan Norge