

KAMP SEMINAR

For 12. år i træk afholder vi kamp-seminar, hvor der alene fokuseres på kampaspektet i kyokushin-karate. Så hvis du vil blive bedre til kamp, få ny inspiration til den daglige træning og sparre med topkæmpere fra hele Danmark, så er kampseminar noget for dig.



Verdensklasse
kæmper
DENIS GRIGORIEV

I år har jeg den stor glæde og fornøjelse, at kunne tilbyde jer instruktion fra en verdensklasse kæmper, Denis Grigoriev. Han er den tidligere World Cup vinder i sværvægt.



Igen i år er vi så heldige, at have både Margrita & Rita som gæsteinstruktører for pigerne og drengene :o)



Hvem ?

Seminaret er for alle, der har interesse for kamp. Hvis du er i tvivl om du kan deltage, så spørg din instruktør.

Hvad ?

På trods af at seminaret kun afholdes over 2 dage, så garanteres der benhård kamptræning med masser af sparring. Det skal i den forbindelse understreges, at der bliver undervist ud fra knock down principper (ikke semikontakt), hvorfor man ved tilmelding bør overveje fysik og alder. Hør nærmere hos din kampinstruktør. Undervisningen vil bl.a. indeholde teknisk træning, sparring samt taktikker og strategi i forbindelse med kamp.

Hvor ?

Seminaret bliver i år afholdt på TK´s Ungdomsgård, Tuborgvej 185, 2400 KBH NV
www.tk-ungdomsgaard.dk

Hvornår ?

Seminaret starter lørdag d. 28/5 kl. 09:00 til ca. kl. 19:30,
søndag d. 28/3 kl. 09:00 til ca. kl. 16:00.

Husk !!!

1 til 2 gier, beskyttelse (benskiner/handsker), håndklæde, løbesko og løbetøj, blå kypas og jeres gode humør :o)

Pris og tilmelding

Seminaret koster 400,- og inkludere instruktører, frokost begge dage, gå hjem mad og let mellemmåltid. Drikkevarer er ikke inkluderet i prisen.
Hvis man har behov for at overnatte, kan det ske inde hos Shinryokudan i dojo´en.

Karateklubben Shinryokudan
Nansensgade 47, 3 sal bagh.
1364 København K

Tilmelding samt betaling sker i klubberne og er bindende. Der vil blive sendt et tilmeldingsskema ud. **Sidste tilmelding senest tirsdag d. 23/5.** Indbetaling på konto 3109 3134822597. Der kan også betales på dagen, så længe man er på listen over tilmeldte.

Venligst mail mig de tilmeldte.

Evt. spørgsmål kan rettes til Mathias Halberg, tlf. 40 78 00 75 eller mail:
mathias.halberg@gmail.com