

# BØRNEAFTEN



Så er det tid til børneaften i Aabenraa Karateklub. Denne aften er kun for børn, samt de to instruktører Kim Hansen og Karin Wheler, der vil styre slagets gang.

Der vil være træning, konkurrencer, hygge med film og andet sjov samt naturligvis noget spiseligt.

<p style="text-align: center;"><b><u>TID/STED/PRIS</u></b></p> <p>Aabenraa Karateklub, fredag den 28. oktober 2011 kl. 18.00 til 22.00. <b>Pris:</b> 30 kr. der betales ved tilmelding.</p> <p><b>HUSK:</b> at medbringe skiftetøj og håndklæde til efter træningen.</p>	<p style="text-align: center;"><b><u>TRÆNING</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Der vil blive kæmpet om titlen som årets ous bold mester.</li><li>2. Kata/ido kihon no kata cup.</li><li>3. Konkurrence i flest mavebøjninger/armbøjninger/længst tid i Kiba Dachi/armløft mv.</li></ol>
<p style="text-align: center;"><b><u>HYGGE</u></b></p> <p>Der vil være mulighed for at lære hinanden bedre at kende, end der er tid til når, der er normal træning. Vi vil se Karate Kid film.</p>	<p style="text-align: center;"><b><u>SPISNING</u></b></p> <p>Vi sørger for aftensmad og lidt snack til filmen. <b>Evt. frivillige forældre til at lave agurkestænger, gulerodshapser, samt diverse fyld til pita'er mv. må meget gerne melde sig.</b></p>

## TILMELDING:

Har dette vagt din interesse, skal du udfylde nedenstående tilmelding og aflevere denne til Simon Wheler, Karin Wheler eller Kim Hansen inden den 22. oktober 2011.

Tilmelding:

Navn \_\_\_\_\_ Grad \_\_\_\_\_ mon Alder \_\_\_\_\_ år

Ja tak, jeg vil gerne komme \_\_\_\_\_

**Vi vil som forældre hjælpe med følgende**

Nej tak, jeg er forhindret \_\_\_\_\_

Forældres underskrift \_\_\_\_\_ Forældres telefonnummer \_\_\_\_\_

# BØRNEAFTEN

## Opgaver til forældre

Vi vil gerne bidrage med følgende til børneaften den 28. oktober 2011.

**Bedes leveret i alubakke eller andet der må smides væk efterfølgende.**

Navn 1

Navn 2

Gulerodstænger

Agurkestænger

Tomater skåret i både

Majs i dåse

Tun i dåse

Skinketern/strimler

Kyllingetern/strimler

Agurker i tern

Peberfrugter skåret i små stykker

Bønnespirer

Ærter, løse

Kartoffelchips, popcorn og andet snack

Hjemmebagt kage

Forskelligt frugt skåret i både mv. på fad

Paptallerkener

Plastikbestik

**Klubben giver drikke**