



Færder Karateklubb Shinkyokushin

Medlem av
Norges Kyokushin Organisasjon (NKO), World Karate Organization (WKO)
og Norges Kampsportforbund (NKF)

Treningshelg 24. og 25. mai med Shihan Howard Collins 7. dan

Færder Karateklubb inviterer til treningshelg med Shihan Howard Collins 7. dan. Mer informasjon om Shihan Collins kan man finne på: <http://www.shihancollins.com/index.shtml>

Samlingen vil ha fokus på grunnleggende teknikker/kihon og mønster/kata. Alle Færder Karateklubbs medlemmer som er graderte, og er over/fyller 10år i år skal delta for å kunne gradere denne sommeren.

Tidsplan

Fredag 24. mai

18:00 – 20:00 Kihon trening
(alle Seniorparti-medlemmer)

Lørdag 25. mai

10:00 – 11:00 Kihon og kata trening
(mon-grader født 2003 eller tidligere)

11:30 – 13:00 Kata med fokus på pinan-kata
(alle Seniorparti-medlemmer)

Lunsj / Pause

14:00 – 16:00 Kata for høyere graderte
(medlemmer som kan brun/svartbelte kata)



Prisen på samlingen er 200kr for juniorer og 400kr for seniorer.

Færder Karateklubb stiftet 1990 (www.karate-klubben.com)

WKO Branch Chief
Hovedinstruktør og teknisk ansvarlig
Sensei Ole Grejs, 4. dan
Trolltorødveien 4
3140 Nøtterøy
Tel: 924 260 83
E-mail: grejs@karate-klubben.com

Kasserer
Peter W Johansen
Fossåsveien 2A
3132 Husøysund
Tel: 472 93 843
E-mail: kasserer@karate-klubben.com

Junioransvarlig
Knut E. Larsen, 1. Kyu
Snarrønningveien 1
3140 Nøtterøy
Tel: 915 344 04
E-mail: junioravd@karate-klubben.com

Klubbleder
Anne Therese Wike-Hov, 2. dan
Rektorveien 11
3140 Nøtterøy
Tel: 934 222 78
E-mail: leder@karate-klubben.com