



Dansk Karate Union



Præsentarer

Det 3. årlige grønbælte seminar d. 5. november 2011



Er du 4. eller 3. kyu må du ikke gå glip af dette spændende seminar, som vil byde på:

- Personlig coaching
- Undervisning i knock down kamp
- Gennembrydning
- Idokihon & kata
- Selvforsvar & gulvkamp

Træningen vil være tilrettelagt så den rammer præcis dine behov som grønbælte.

Instruktører på seminaret er: Sensei Michael Eibye 3. dan, Sensei Kim Paulsen 3. dan, Senpai Lars Kofoed 2. dan og Senpai Henning Fabricius 2. dan

Tid & Sted: Lørdag d. 5. november fra 9.00 – 18.00 i Roskilde Karate Klub, Præstemarksvej 10 C, 4000 Roskilde (der vil være mulighed for overnatning i dojoen fra fredag til lørdag).

Hvem: Alle fra 4. til 3. kyu, som er 15 år eller derover, kan deltage (mon grader kan komme med på dispensation)

Pris: 150 kr. inkl. undervisning, frokost, frugt, snacks og drikke.

Tilmelding: Til Sensei Michael Eibye på michael.eibye@youmail.dk senest d. 28. oktober. Betaling sker på seminaret, men tilmelding er bindende.