



GRADERINGSLÄGER 14 december 2019

Tid: Lördag den 14 december klockan 12:00 – 17:00

Plats: **Sporthallen, Malmberget, ingång via badentré, Hall B.
Järnvägsgratan 4 Malmberget.**

Reg. & betalning: 12:00 – 12:15

Träningspass: 12:15 - 13:00 Grunder & kombinationer
13:15 – 14:00 Partekniker
14:15 – 15:00 Kata
15:30 – 17:00 Gradering

Pris: **100 kronor för lägret. Graderingsavgift tillkommer.** Betalas innan träningen, kontant eller Swish 123 076 61 54 Ange för vem betalningen gäller vid Swish.

Anmälan: Till din klubbinstruktör

Mat: Ta med något att äta när det är paus.

Gradering: Hur går en gradering till?

Var och en visar upp det tekniker, kombinationer och kata som man ska kunna för att bli certifierad till en högre grad.

Grunder visas i grupp om max fyra. (Ibland är man ensam)

Parövningar ett par åt gången (Ibland två par samtidigt)

Kata visas ofta en och en, Max två per gång. Kata görs i egen takt.

Avgift: Vad ingår i graderingsavgiften?

Själva graderingen, certifikat om man klarar sig och ett nytt bälte motsvarande den graden man klarat.

Barn under 14 år 150 kr, Vuxen 200 kr.

Innehåll: Vad ska man kunna till de olika graderna?

Information ligger på hemsidan tekkenkarate.com

För de som inte fyllt 14 år: 8 kyu (grad) mon (halv). Bältet är vitt och rött, 8 kyu rött/vitt. 7 kyu mon vit/gult bälte, 7 kyu gul/vitt bälte.

Certifikat och nya bälten beställs efter graderingen.

Helgen 4–5 april 2020 gästas klubben av japansk karateinstruktör, Wadokai, Nobuyuki Nukina boka helgen redan nu!

Japanese Wadokai Kumite Champion 1989&90

Japanese All Style Kumite Champion 1994&95

tekkenkarate.se

TEKKEN WADOKAI KARATE-DO

TEL: 0706-780786