



G.K.H.

GOJUKAI KARATE-DO HOLLAND
Affiliated to: International Karate-Do Gojukai Association

GKH Technische Stage I Senioren 2014

Beste GKH-leden,

Op zondagmorgen 26 januari 2014 staat een GKH Technische Stage voor senioren gepland in het Wellantcollege (*Rijksstraatweg 30b, 3286 LS*) te Klaaswaal. Deze stage is toegankelijk voor seniorleden (vanaf 15 jaar / alle kyu- dangraden) van de Goju-kai Karate-do Holland. De lessen worden verzorgd door Kyoshi Jan van den Dries.

Ochtendprogramma stage

Tijd: 10.00 – 12.00 uur

Thema: Jiyu Kumite

Omschrijving: Kumite training, waarbij de traditionele gedachte van het kumite wordt benadrukt. De diversiteit van technieken die binnen het Gojukai Karate-do bekend zijn, worden zonder en met partner getraind. De effectiviteit van de technieken, maar ook persoonlijke afstand tot de tegenstander (ma-ai) is hierbij essentieel.

Inschrijven

De kosten voor de stage bedragen € 15,00.

Inschrijven voor deze dag kan tot uiterlijk 12 januari 2014 bij de eigen dojo-instructor middels onderstaand inschrijfstrookje.

Onderstaand strookje + betaling van € 15,00 dient uiterlijk **12 januari a.s.** binnen te zijn bij de dojo-instructor!

Hierbij schrijf ik mij in voor de GKH Technische Stage voor Senioren op 26 januari 2014:

Voornaam:

Achternaam:

Geboortedatum:

Geslacht: M/V*

Graad:

Tel.nr. / E-mail:
(i.v.m. bereikbaarheid)

Handtekening:

***A.u.b. aankruisen wat van toepassing is!**