

Ska ni med till Hässleholmslägret så anmäl er senast 16/11 på söndagsträningen.

Nedan står priser och i detta ingår träning, boende, frukost på söndag, resan.

Ni behöver ta med sängkläder, pengar till mat på lördagen och söndagen.

Glöm ej dräkt, bälte, graderingsbok för ifyllnad av lägerkrav.

Anmälan görs till Masse.

Vuxna: 300 kr.

Ungdomar (13 – 20 år):200 kr.

Barn (7 - 12 år): 100 kr.

TRÄNINGSLÄGER I HÄSSLEHOLM, 6 och 7 December

Zanshin Karateklubb hälsar Er välkomna till vårt årliga träningsläger. Alla är välkomna, även nybörjare. Träningen kommer att ledas av våra huvudinstruktörer Görgen Sökare, 7:e dan och Karin Sökare, 6:e dan.

Lägret startar kl. 10.00 lördagen den 6 December. Vi håller till i idrottshallen på Västerskolan i Hässleholm. (Backsläntsgatan 9)

Lördag

10:00 - 11:00	Vuxna (alla grader)	
11:00 - 12:00	Barn (alla grader)	
12:00 - 13:00	Lunch	
13:00 - 14:00	Vuxna (alla grader)	Uppdelning sker under passet
14:00 –15:00	Barn (alla grader)	
15:00 - 16:00	Vuxna (alla grader)	Uppdelning sker under passet
16.00- 18.00	Gradering	

Söndag

09:00 - 10:00	Vuxna (alla grader)	Uppdelning sker under passet
10:00 - 11:00	Barn (alla grader)	
11:00 - 12:30	Vuxna (alla grader)	Uppdelning sker under passet