



VÄSTRA KARATEFÖRBUNDET

Inbjudan till distriktsläger i kumite och regelseminarium

Söndag den 2 april 2017

Distriktsansvarig

Arvin Rezaie, trefaldig svensk mästare, nordisk mästare, certifierad personlig tränare.

Plats: Torpahallen

Adress: Billerudsgatan 1, Göteborg (Torpaskolan)

Tid: Söndag den 2 april kl. 12.00

Träning

Samling: Kl. 11.30

Pass 1: Kl. 12.00-13.30

Rast: Kl. 13.30-14.00

Pass 2: Kl. 14.00-15.45

Avslutning med feedback & utvärdering, alla hjälps åt att plocka undan mattorna.

Träningen är stiloberoende.

Utrustning

Handskar, tandskydd, inneskor och vattenflaska. Fot- & benskydd är frivillig. Man ska ha lättare mellanmål med sig.

Regelseminarium

kl. 12.00-13.30, Genomgång av WKFs regelverk för coacher, föräldrar och intresserade.

kl. 14.30-15.15, matcher med feedback till domare, tävlande och coacher.

Distriktslag och distrikts-SM

Information kommer att ges.

Deltagare

Samtliga klubbar anslutna till Västra karateförbundet får skicka utövare som har för avsikt att utvecklas. Vill man ta en plats i distriktslag eller svenska landslaget är närvaro obligatorisk likaså för landslagets medlemmar.

Målgrupp 1: Kadetter, juniorer & seniorer

Målgrupp 2: Barn 10-13 år

Anmälan: Man anmäler sig till distriktscoach@gmail.com med sitt namn, klubbens namn & ålder.

Kontakt

Distriktsansvarig: Arvin Rezaie

E-post: distriktscoach@gmail.com

Västra Karateförbundet

Hemsida: www.vastrakarate.se

Telefon: 0704-44 10 25

Facebook: <https://www.facebook.com/vastrakarateforbund>

E-post: vastrakarate@gmail.com