



VÄSTRA KARATEFÖRBUNDET

Inbjudan till distriktsträning i kumite

Söndag den 11 juni 2017

Distriktscoach

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

Plats: Göteborg Karate Akademis lokaler

Adress: Övre kaserngården 4, ingång D, 415 28 Göteborg

Tid: Söndag den 11 juni kl. 12.00

Träning

Samling: Kl. 11:45

Pass 1: Kl. 12.00-13.30

Rast: Kl. 13.30-14.00

Pass 2: Kl. 14.00-15.45, även matchträning med feedback från domare

Avslutning med feedback & utvärdering

Träningen är stiloberoende.

Utrustning

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

Deltagare

Samtliga klubbar anslutna till Västra karateförbundet får skicka utövare som har för avsikt att utvecklas.

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