

KATA kursus

- og hjælp til din gradueringsstræning

Kata: Ebo-no-kata. Kom og lær de obligatoriske teknikker.

- Serie 1-4 for dem der skal til orange, grønt, blåt og brunt bælte. Opdeling efter serie/niveau.
- Hele kata'en med etikette, for dem der skal til sort - 1. Dan.

Desuden Ne-waza-jitsu-kata m. fl.

Gradueringsstræning: Vi tilbyder coaching og hjælp til din gradueringsstræning. Kom med din makker og vis hvad du kan og få gode råd med hjem, så du bliver klar til den næste graduering. Vi kan nok også overtales til at hjælpe med nogle fede teknikker i øvrigt.

Tid: Lørdag d. 7. oktober 2023 kl. 12 - 17.

Sted: Holbæk Budo Skole
Borgmestergårdsvej 18 B
4300 Holbæk
(bemærk at indkørsel nu er fra Holbæk Have/Bøgen)

Tilmelding: Skal ske via DJUportalen senest 1. oktoberber 2023.

NB: Ved tilmelding skal gives besked på, hvad man vil undervises i.

Kursusgebyr: Kr. 125,- som betales ved tilmeldingen

Forplejning: Aftensmad og morgenmad kan købes i forbindelse med tilmelding, hvis der ønskes overnatning (i Dojo). Der er inspirationskursus dagen efter.

Transportudligning:

Betalingen indeholder også en solidarisk udligningsordning, så deltagere fra vest for Storebælt kan få refunderet, hvad der svarer til brobillet, hvis man i videst muligt omfang benytter sig af samkørsel.

Med venlig hilsen
Stilartsudvalget