



Lentekriebelstage Multistijl

DEZE STAGE STAAT ONDER LEIDING VAN DE LEDEN
VAN DE SPORTTECHNISCHE COMMISSIE

Sely Alfons 8 ^{ste} Dan WKF -Trainer A Bloso	CASTRO Livia 6 ^{de} Dan WKF - Trainer A Bloso
VAN HELDEN François 7 ^{de} Dan WKF	RAYEN Alain 6 ^{de} Dan WKF - Trainer A Bloso
DEMESMAEKER François 7 ^{de} Dan WKF - Trainer A Bloso	Jurgen De Nil 4 ^{de} Dan WKF - Initiator Bloso
SCHUERMANS Rudy 7 ^{de} Dan WKF - Trainer A Bloso	Achten Sven 3 ^{de} Dan WKF - Initiator Bloso

Gastrainer: Kris Bielen: 4^{de} Dan Shito Kai – Initiator Bloso

Zaterdag 24 maart 2012
Gemeentelijke Sporthal
Kon. Albert-I-laan 124
9280 LEBBEKE

TRAININGSSCHEMA

Van 10.30u tot 12.30u	<u>Kumitetraining en basistechnieken</u> <ul style="list-style-type: none">• Initiatieles karate voor alle leeftijden• Competitieve en niet-competitieve groepen <u>Shodan Shiken-voorbereiding</u>
Van 13.30u tot 15.00u	<u>Gedetailleerd onderricht shitei kata's</u> <u>Stijlgerichte katatraining + bunkai: hogere +lagere kata's</u>

Elke deelnemer moet op vraag van de organisator zijn geldige vergunning VKF kunnen tonen, met uitzondering van de deelnemers aan de initiatieles van 10u30 tot 12u00

PRIJS VOOR LEDEN MET VERGUNNING - VERPLICHT MEE TE BRENGEN NAAR DE STAGE

Volledige stage	€ 12,00 vanaf 14j	€ 10,00 tem 13j
-----------------	-------------------	-----------------

Er een initiatieles karate voorzien voor alle geïnteresseerden.
Deze les is gratis & gaat door van 10u30 tot 12u00.