

Karateseura Honbun 30-vuotiskesäleiri

21.5. - 23.5.2010

Kisakallion urheilupuisto, Lohja

Honbu järjestää perinteisen kesäleirinsä juhlavuoden kunniaksi kolmipäiväisenä. Kesäleirillä on hyvä meininki, rankkoja treenejä, lämmin sauna ja hyvää ruokaa! Leirillä aiheena on Koryu Uchinadi ja siellä pidetään myös vyökoe. Lisäksi leirillä tutustutaan Wadoryu katojen sovelluksiin.



Leirin ohjelma:

Perjantai, 21.5.2010		
Yhteislähtö 1 Helsingistä		15:15
Treenit (koryu uchinadi)	17:00	20:00
Iltapala	20:00	21:30
Lauantai,		
Aamiainen	7:00	9:00
Yhteislähtö 2 Helsingistä		08:30
Treenit (koryu uchinadi)	10:00	12:00
Lounas	12:00	13:00
Treenit (hikeä ja spirittä)	14:00	16:00
Päivällinen	16:00	17:00
Vyökoe (koryu uchinadi)	18:00	20:00
Sauna ja iltapala (rantasauna)	20:30	22:00
Sunnuntai		
Aamiainen	7:00	9:00
Treenit (Happoren Kata)	10:00	12:00
Lounas	12:00	13:00
Treenit (Wadoryu katojen sovelluksia)	13:00	14:30

Hinnat Karateseura Honbun jäsenille

		ei- opiskelija	opiskelija	Ei jäsen
A	Perjantai-sunnuntai paketti, sisältää harjoitukset, majoituksen 2 hengen huoneissa, täysihoito	130 €	100 €	185 €
B	Lauantai-sunnuntai paketti, sisältää harjoitukset, majoituksen 2 hengen huoneissa, täysihoito	110 €	80 €	165 €
C	Pelkkä osallistuminen harjoituksiin & ruokailut, lauantai & sunnuntai	50 €	40 €	70 €

HUOM: Mikäli olet KY Honbun jäsen, muttet Karateseura Honbun jäsen, voit maksaa Honbun jäsenmaksun nyt ja päästä leirille jäsenhinnalla.

Leirin harjoitukset pitää Ante Brännbacka (5. dan)

Ilmoittautuminen: lähetä sähköposti lassi@lindblom.fi, jossa kerrot

- oletko Honbun jäsen?
- oletko opiskelija?
- ilmoittaudutko A, B vai C kategoriaan?
- voitko ottaa leirille auton ja siihen kyytiläisiä?

Leirillä on rajoitettu määrä varattuja huoneita ja paikat jaetaan ilmoittautumisjärjestyksessä, joten ilmoittauduthan nopeasti!

Ilmoittautumisen takaraja: 5.5.2010.

Maksaminen: etukäteen Honbun tilille NORDEA 120030-299, viite 330.

Eräpäivä: 10.5.2010

Leirin yhteyshenkilönä toimii ja lisätietoja antaa Lassi Lindblom (050-5817187, lassi@lindblom.fi)