

Inbjudan Vårläger 2025

Students of Goju-Ryu bjuder in till **vårläger**.
Alla är välkomna oavsett nivå och erfarenhet.

Ur innehållet

Naturligtvis vår bas (kihon, kata & kumite)
Vapenträning
Impact (Pads & Mitsar)
Goshin jutsu (losstagingar och ledmanipulationer)
Pardrillar
Ne waza (markkamp)
Vi delar in i olika grupper efter erfarenhetsnivå.
Detaljerat schema erhålles första dagen.

Teoripasset

är förlagt till söndag efter lunch.



Kost och logi

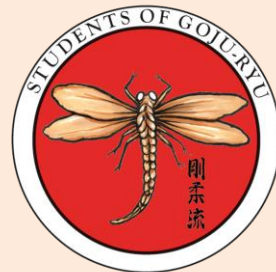
Meddela vid anmälan om du önskar särskilda anvisningar för kosten.

Om du önskar rekommenderar vi gärna platser för övernattnig i vackra Mariefreds omnejd.

Övrigt

För att underlätta vår planering ber vi dig att anmäla dig omgående! Antalet platser är begränsade till omkring 80 deltagare.

Students of Goju Ryu



Datum

8-9 mars

Tider

Lördag: 10:00 – 16:00

Söndag: 10:00 – 16:00

Plats

Sporthallen Mariefred



Avgift

600 kr

Ingår

Lunch lördag & söndag

Frukt & dricka i dojo

Anmälan

I dojo eller via mail
till info@gojukarate.se