

Öppen Inbjudan Vårläger 2026

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

Ur innehållet

Naturligtvis karatens bas (kihon, kata & kumite)

Vapenträning

Impact (Pads & Mitsar)

Goshin jutsu (losstagningar och ledmanipulationer)

Pardrillar

Vi delar in i olika grupper efter erfarenhetsnivå.

Detaljerat schema publiceras när vi fått en överblick över hur grupperna ser ut.

Teoripasset

är förlagt till söndag efter lunch



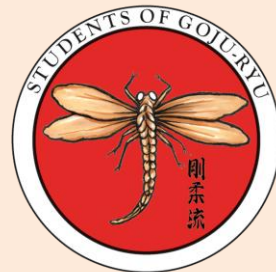
Lunch

Då Mariefred saknar större matställen så får alla deltagare ombesörja lunchen på egen hand bland Mariefreds pärlor.

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

7-8 mars

Tider

Lördag: 10:00 – 16:00

Söndag: 10:00 – 16:00

Plats

Sporthallen Mariefred



Avgift

400:-

Ingår

2 dagar härlig träning

Frukt & dricka i dojon

Anmälan

I dojon eller via mail
till info@gojukarate.se