

Öppen Inbjudan Höstläger 2026

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

Ur innehållet

Naturligtvis karatens bas (kihon, kata & kumite)
Vapenträning
Impact (Pads & Mitsar)
Goshin jutsu (losstagningar och led-manipulationer)
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



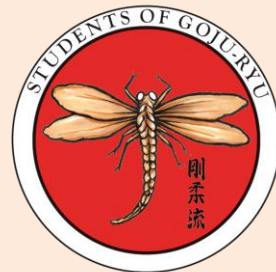
Lunch

Trosa erbjuder restauranger i alla smakriktningar. Det finns en Pizzeria alldeles i närheten men centrum ligger på gångavstånd för den som önskar andra kulinariska läckerheter.

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

10-11 oktober

Tider

Lördag: 10:00 – 16:00

Söndag: 10:00 – 16:00

Plats

Multumhallen Trosa



Avgift

500:-

Ingår

2 dagar härlig träning
Frukt & dricka i dojo

Anmälan

I dojo eller via mail
till info@gojukarate.se