

KATA kursus

Ebo-no-kata

Der undervises i:

- Serie 1-3 for dem der skal til grønt, blå og brunt bælte. Opdeling efter serie/ niveau forsøges.
- Hele kata'en med etikette, for dem der skal til sort - 1. Dan.

Ne-waza-jitsu-kata

Man kan godt deltage uden at have været med før. Minimum 4. kyu.

Tid: Søndag d. 4. marts 2012 kl. 10 - 15.
Bemærk endagsarrangement!

Sted: Holbæk Budo Skole
Borgmestergårdsvej 18 B
4300 Holbæk

Program:

10.00 - 11.30	1. pas
11.45 - 13.15	2. pas
13.30 - 15.00	3. pas

Tilmelding: Skal være nedenstående i hænde senest den 25. Februar.
Jørn Engvang
E-mail: anemone@get2net.dk

NB: Husk at give besked ved tilmelding, om hvilken Kata, og evt. hvilke serier der ønskes undervisning i.

Kursusgebyr: Kr. 75,- som betales ved kursusstart.
\$, £, € eller plastic = Ingen træning! Kun kolde kontanter (DKK).

JU-JITSU DANMARK
Jiu-Jitsu stilarten

Forplejning: Medbringes selv. Drikkevarer og slik kan købes. Husk at der er inspirationskursus dagen før. Mulighed for overnatning i Dojo'en.

Med venlig hilsen
Stilartsudvalget