

Special SKAS-Lehrgang

Richard Amos Sensei 6. Dan

Chefinstruktor WTKO

Donnerstag (Auffahrt), 13. Mai bis Sonntag, 16. Mai 2010

für Kinder, Jugendliche und Erwachsene

Trainingsprogramm:

●10.00-11.30 Uhr: Dojoleiter/Assistenten

- Donnerstag, 13.05.10: -Bunkai „Bassai Dai“
- Freitag, 14.05.10: -Bunkai „Jion“
- Samstag, 15.05.10: -Bunkai „Enpi“
- Sonntag, 16.05.10: -Bunkai „Kanku Dai“

●14.00-15.30 Uhr: Oberstufe (braun/schwarz ab Jahrgang 1996)

●15.45-17.15 Uhr: Unterstufe (weiß-blau & braun/schwarz ab Jahrgang 1997 und jünger)

- Donnerstag, 13.05.10: -Oberstufe: Kihon Übungsreihen
-Unterstufe: Kihon Übungsreihen
- Freitag, 14.05.10: -Oberstufe: Kata „Tekki Nidan/Sandan“
-Unterstufe: Kata „Kanku Dai“
- Samstag, 15.05.10: -Oberstufe: verschiedene Kumite-Formen
-Unterstufe: verschiedene Kumite-Formen
- Sonntag, 16.05.10: -Oberstufe: „Richard-Special“
-Unterstufe: „Richard-Special“

•Ort: Dojo Kenseikan Thun, Tempelstrasse 20, 3608 Thun-Allmendingen

•Preise:

- Erwachsene & Jugendliche ab 17 J.: Einzeltraining Fr. 30.- / Ganzer Kurs Fr. 100.-
- Kinder & Jugendliche bis 16 J.: Einzeltraining Fr. 20.- / Ganzer Kurs Fr. 60.-
- Familientarif: es zahlen Maximum 2 Personen
- Es ist eine Anmeldung erforderlich (siehe Anmeldeformular im Dojo)!



•Info: Headquarters SKAS – thomas.hertig@skas.ch – www.skas.ch

