

Inbjudan till

Kai out West

Nya Alingsåslägret

2015

Instruktörer:

Riksinstruktör	Stefan Forsman	6 dan
Förbundsinstruktör	Ylva Naeser	5 dan
Förbundsinstruktör	David Gülger	5 dan
Elitinstruktör	Malin Bohlin	4 dan
Elitinstruktör	Ludvig Johansson	3 dan

Alingsås 19-20/9 2015

Kai out West har som mål att göra en påtaglig skillnad för deltagarna. Detta i form av fördjupade tekniska och teoretiska kunskaper kring ett givet tema. 2015 är temat *randori - renraku waza*.

Under några av de sju träningspass som varje grupp erbjuds under *Kai Out West* kommer temat att varieras på en mängd olika sätt. Målet är att deltagarna efter lägret ska känna sig förtrogna med utvalda renraku wazatekniker och de för bältena olika randoriformerna och olika sätt att träna och utveckla dessa.

Utöver träningspassen erbjuds även två olika teoripass.

Beställning av frukost och lunch båda dagarna, anmälan till middag på lördagskvällen samt övernattnig i dojon görs i samband med anmälan till lägret.

Tid: lördag 10.00-18.00 och söndag 9.00-16.00

Kostnad: 450 kronor för båda dagarna och 300 kronor för en dag.

Anmälan och betalning via AJJKs hemsida senast 6/9.



Länk till hemsidan

Ytterligare information finns på hemsidan!

www.alingsasju-jutsu.se



Länk till anmälan

Välkommen till Kai out West – lägret som gör skillnad!



Medlem i Svenska Ju-jutsuförbundet

Förfrågningar kan göras till Malin Bohlin,
mobil: 070 579 16 19 eller mejl: malin@alingsasju-jutsu.se

Lägret anordnas i samarbete med BK Shindo

