

KESÄLEIRI 2013

28.-30.6.2013 Helsinki

4event-halli, Hotelli Rantapuisto
Ramsinniementie 14, 00980 Helsinki

Leiripaikka on merenrannalla ja käytössä on hyvä uimaranta, jossa on harjoitusten välillä mahdollisuus uida ja ottaa aurinkoa.

KOULUTTAJAT:

Gunther Painter 8.Dan, Itävalta
Auvo Niiniketo 9.Dan
Timo Hirvonen 7.Dan
Risto Väsentär 7.Dan
Kimmo Tenhunen 6.Dan

VYÖKOKEET (KYU)

Leirillä voi suorittaa kaikkia vyöarvoja.

ILMOITTAUTUMINEN JA LEIRIMAKSU

Leirimaksu 60 Eur (Juniorit 30 Eur) maksetaan leirin vastaanottoon ilmoittautumisen yhteydessä. Vastaanotto aukeaa pe 28.6. klo 10.00.

MAJOITUKSET

Kokoushotelli Rantapuisto:

1hh = 72€ / huone / vrk
2hh "Economy" parivuoteella = 78€ / huone / vrk
2hh "Standard" = 95€ / huone / vrk
2h huoneisto = 125€ / huoneisto / vrk
4h huoneisto = 155€ / huoneisto / vrk
Lisävuode = 21€ / vuode / vrk

Puh: +358 9 3191 428

Osoite: Ramsinniementie 14, 00980 Helsinki

Dojomajoitus:

4Event-hallin dojolla, Ramsinniementie 14, 00980 Helsinki

HARJOITUKSET:

Osa harjoituksista pidetään ulkona, jolloin mukaan kannattaa varata ulkoharjoitteluun sopivat jalkineet, lenkkikossut tai vastaavat.

Perjantai 28.6.

11.00-12.30 ja 15.00-16.30	Kobudo- harjoituksia kaikille vyöarvoille - Tilapäiset ja Improvisoidut aseet.
12.00-17.00	Tuomarikoulutusta Valmentajakoulutusta Juniorivalmentajakoulutusta
17.00	Harjoitukset päättyvät
19.00	Mustien vöiden sauna

Lauantai 29.6.

10.30-12.00	Vyökokeet
12.00-13.30	Valkoiset, keltaiset, oranssit AVAJAISSET
14.00-15.30	Vihreät, siniset, ruskeat, mustat
15.30-17.00	Valkoiset, keltaiset, oranssit
17.00-18.30	Vihreät, siniset, ruskeat, mustat
19.00 -	Yhteinen ilta meren rannalla. Grillausta ja vapaata ohjelmaa.
Juniorit:	
12.00-13.30	Tekniikkaharjoitukset
14.00-15.00	Juniorit seuraavat mustavöisten harjoittelua
15.00-16.00	Keppitaisteluharjoitukset maastossa

Sunnuntai 30.6.

9.30-11.00	Kaikki vyöasteet
11.15-12.45	Kaikki vyöasteet

Mustien vöiden saunailta Perjantaina 28.6. klo 19.00 Hotelli Rantapuiston Rantasaunassa. Ohjelmassa rehvakkaita juttuja ja uintia meressä.

Järjestäjä: Helsingin Ju-jutsuklubi

Tiedustelut: Hokutoryu-toimisto +358 9 694 6554,
Auvo Niiniketo +358 400 552 111
E-mail: info@finjutsu.com
www.hokutoryu.com