



Träningsläger

med

shihan Virpi Alajarva

31 Januari - 2 Februari 2025,
Kiruna

Var: Bergaskolan, Gruvvägen 18, Kiruna
När: Fredag 31 januari kl.17.00 till söndag 2 februari kl.15.00
Vem: Lägret är öppet för alla grader och det finns möjlighet till gradering

Anmälan till: info@kirunakarate.se
Ange i anmälan: Namn, ålder, grad och klubb
Lägeravgift: **200 kr** för alla

Graderingsavgift tillkommer
150 kr för personer under 15 år,
annars 200 kr

Betalningsmottagare: IF Kiruna Karate Kai
Märk betalning med: Virpi25 + Namn
Betalning till: Nordea Plusgiro: 309748–2, eller Swish: 1231551464

Anmälan är bekräftad när lägeravgiften är betald. Schemat finns på nästa sida.

Intresseanmälan och frågor kan skickas till: info@kirunakarate.se

Välkomna!

Schema

Fredag 31 Januari

- 17.00 Dojo öppnar
- 17.15 – 18.15 Barn 8 – 12 år
- 18.30 – 20.00 Vuxna och ungdomar 13 år

Lördag 1 Februari

- 08.45 Dojo öppnar
- 10.00 – 12.00 Fika finns i anslutning till dojon
- 09.00 – 10.30 Vuxna och ungdomar
- 11.00 – 11.15 Gruppfoto
- 11.15 – 12.15 Barn 8 – 12 år
- 12.15 – 14.00 Lunchpaus (dojon låses)
- 14.00 – 15.30 Vuxna och ungdomar
- 15.30 – 16.30 Paus med fika
- 16.30 – 17.30 Vuxna och ungdomar

Söndag 2 Februari

- 08.45 Dojo öppnar
- 09.00 – 10.15 Vuxna och ungdomar 13 år
- 10.30 – 11.30 Barn 8–12 år
- 11.30 – 13.00 Lunchpaus (dojon låses)
- 13.00 – Gradering – först Barn därefter Vuxna