



shinkyokushin

HARC MŰVÉSZ SZÖVETSÉG

5000 Szolnok, Városmajor út 23.

Adószám: 18288937-1-16

Bankszámlaszám: 10918001-00000164-30250003

SHSZ vizsgafelkészítő edzőtábor

Debrecen

A tábor időpontja: 2015. március 13-15. (péntek-vasárnap)

A tábor szakmai vezetője: Shihan Dr. Karmazin György 5. Dan

A tábor szervezője: Sensei Rácz Csaba 4. Dan (shoguncsaba@gmail.com, 06/20 3844 542)

A tábor célja: nyári övvizsgára történő felkészítés

Az edzések helyszíne: Shogun központi dojo Cím: 4031 Debrecen Szoboszlói út 50.

Részvételi díj: az SHSZ tagjai részére az edzéseken való részvétel ingyenes, a szállás önköltséges és a szervezővel egyénileg, előzetes egyeztetést követően történik

Szükséges felszerelések:

- 1-2 Karate gi
- Futó sportruházat

Program:

1. edzés: 03.13. péntek 17.00-19.00 kihon I. (nyitott, minden 8. kyu és a fölötti övfokozatú tanuló részére max 45 fő, min 14 év) Az edzést vezeti: Shihan Szabó Tamás 5. dan

2. edzés: 03.14. szombat 10.00-12.00 kihon II. (nyitott, minden 8. kyu és a fölötti övfokozatú részére max 45 fő, min 14 év) Az edzést vezeti: Shihan Dr. Karmazin György 5. dan

3. edzés: 03.14. szombat 16.30-18.30 kata (nyitott, minden 8. kyu és a fölötti övfokozatú részére max 45 fő, min 14 év) Az edzést vezeti: Shihan Dr. Karmazin György 5. dan

4. edzés: 03.15. vasárnap 8.00-9.00 futás a debreceni Nagyerdőn (fokozattól függetlenül nyitott, létszámkorlát nincs) Az edzést vezeti: Shihan Dr. Karmazin György 5. dan

A szombati ebéd költségét limitált számban (Klubvezetők, Instruktorkok, Feketeövesek számára) az SHSZ fizeti.

Jelentkezés: 2015. március 10-ig, a shoguncsaba@gmail.com e-mail címen, és a 06/20 3844 542-es telefonszámon. Sok szeretettel várunk minden érdeklődőt az SHSZ klubjaiból!

Osu!

Shihan Dr. Karmazin György 5. Dan