

Katadag

Shotokan Karate Dojo Oss

8 Maart 2015



Beste leden,

Na eerdere succesvolle katadagen organiseren we dit jaar opnieuw een katadag. Dit is een dag waar karate-ka's kennis kunnen maken met hogere kata's. Het is enkel de bedoeling dat je alvast kennismaakt met hogere kata's die je in de toekomst vaker tegenkomt. Dit maal vindt de katadag plaats op zondag 8 maart.

Groepsindeling, tijden en kata's:

Alle leden: 12:30 t/m 14.30

Heian Nidan, Heian Sandan, Heian Yondan,

Oranje band en hoger: 14.45 t/m 16:45

Heian Godan, Tekki sandan, Bassai Dai

Elke kata wordt ongeveer 40minuten behandeld. Na elke kata is er een pauze van 5minuten.

Drinken en eten dient zelf geregeld te worden. Aangeraden wordt voorafgaand aan de training te lunchen.

De locatie is de reguliere trainingslocatie (Hoefeind gemeente gymzaal).

De katadag zal verzorgd worden door Michel Edel. Deelname is gratis en wij hopen erop iedereen 8 maart te zien.

Aanmelden dient te gebeuren bij Jim van Zon of via Facebook. Dit kan via de mail (jim-karate-at-home@hotmail.com) of via het evenement Katadag op de Facebooksite van SKDO. Het is mogelijk om aan beide groepen deel te nemen. Het verzoek is om zo snel mogelijk aan te melden voor de katadag, zodat er tijdig voorbereidingen getroffen kunnen worden aan de hand van de deelnemers.