



SHOTOKAN LEIRI

Valmentaja: RISTO KIISKILÄ 6. DAN

**Paikka: Lahti, Finland,
Suurmäen Kampinpilareena, Suurmäenkatu 5,
15100 Lahti**

Aika: 22.-24.3.2013

Harjoitusajat:

Pe 22.3.

Yleisharjoitus

18.00-19.30 Dan treenit

19.30-21.00 aik. kaikki

La 23.3.

Otteluharjoitus

11.00-12.30 aik. kelta-vihreä ja alle 12v juniorit

12.30-14.00 aik. sininen-musta

15.30-17.00 aik. kaikki + 12v juniorit

Su 24.3.

Kataharjoitus

10.00-11.30 aik. kelta-vihreä, Heian katat / Empi

11.30-13.00 aik. sininen-musta, Sochin

14.30-16.00 aik. kaikki

Hinta:

50 € koko leiri (tai 1 kerta 15 €) juniorit alle 12v 20 € (lauantai)

Vyöraja: vähintään keltainen vyö.

Tiedustelut: Jukka Kirves p. 044 736 0330.

[jukka.kirves\(at\)esalehtipaino.fi](mailto:jukka.kirves(at)esalehtipaino.fi)

Motelleja/hotelleja

Organized by:
Lahden Karate Ry
www.lahdenkarate.fi

Matkakoti Patria
Gordon Johnson
Puh. +358-(0)3-782 3783
Fax +358-(0)3-782 3793
Vesijärvenkatu 3, 15100 Lahti

www.lomakeskuslepola.fi
www.sokoshotels.fi
sales.lahti@sokoshotels.fi



SHOTOKAN COURSE

Instructor: Risto Kiiskilä 6.dan

**Place: Lahti, Finland,
Suurmäen Kamppailuareena, Suurmäenkatu 5,
15100 Lahti**

Time: 22.-24.3.2013

Training schedule:

Friday 22.3.

Basic

18.00 – 19.30 black belt

19.30 - 21.00 all

Saturday 22.3.

Kumite

11.00 – 12.30 yellow – green belts and junior under 12 years

12.30 – 14.00 blue – black belts

15.30 – 17.00 all seniors +junior under 12 years

Sunday 24.3.

Kata

10.00 – 11.30 yellow – green belts, Heian katas, Empi

11.30 – 13.00 blue – black belts, Sochin

14.30.-16.00 all

Price:

50 € whole course (15 € per training)

Junior under 12 years 20 € (Saturday)

Belt limit: yellow

More information

Jukka Kirves phone +358-44-736 0330

e-mail: [jukka.kirves\(at\)esalehtipaino.fi](mailto:jukka.kirves(at)esalehtipaino.fi)

Motels/hotels

Organized by:

Lahden Karate Ry

www.lahdenkarate.fi

Matkakoti Patria

Gordon Johnson

Puh. +358-(0)3-782 3783

Fax +358-(0)3-782 3793

GSM +358-(0)40 771 3147

Vesijärvenkatu 3, 15100 Lahti

www.lomakeskuslepola.fi

www.sokoshotels.fi

sales.lahti@sokoshotels.fi