



**LANDSLAGSTRÄNING FÖR
SVENSKA SHITORYU KOFUKAN
30/1 - 2010 kl. 11 - 17**

Landslagsläger samt en första uttagning av Svenska Shitoryu Kofukan landslaget. Vi vill ha både tjejer och killar, junior och senior. Försöka att få med så många som möjligt av nya och gamla talanger både oprövade och prövade. Vi vädjar till alla klubbar om att skicka folk som är intresserade för att få största möjliga utbyte.

Krav på de som vill träna kumite: Erforderliga skydd.

Krav på de som vill träna kata: Eleven bör ha en väl intränad form som skall kunna bearbetas i detalj för förbättring och fulländning. Självständig träning med disciplin är ett krav.

Plats: Värmdö Shitoryus lokal i Gustavsberg (Ekvallen).

Tid: 11-17, inkl. raster och lunch.

Tränare: Patrik Westman & Dick Schörling

Kostnad: Lägret är kostnadsfritt.

Anmälan: Anmälan görs till Dick Schörling schorlings.vvs@telia.com eller Jane Schörling jane.schorling@infucare.se

Välkomna!