



## Norges Kyokushin Organisasjon Shinkyokushin Norway



"Kampsportens vei begynner med tusen dagers trening og beherskes  
først etter ti tusen dagers trening."  
- Sosai Masutatsu Oyama -

### Elitesamling lørdag 19. og søndag 20. september 2015.

Samlingen er for aktive fullkontaktutøvere, har fullkontakt erfaring eller tilsvarende, +18år.

Tanken er å bygge videre på samlingen som Sempai Steffen kjørte i Ringerike, «Pre Danish». Fokus er fremdeles å spise fullkontakt deltakere på tvers av landet.

Dra nytte av nylig stevnerfaring for Norges største kontingent i Danish Open på mange år, om noensinne?

**Og som alltid, den viktigste delen av alt; vi skal ha det gøy!**

#### **Hvor?:**

Bergen Karate Klubb, Hatleveien 3, 5038 BERGEN

#### **Når?:**

Lørdag 19/9 kl. 11:00, tre økter.

Søndag 20/9 kl. 10:00, en til to økter.

Øktene kan bli justert etter behov, spesielt søndag m.t.p. retur for tilreisende.

#### **Hva?:**

Jobbe videre med elementene fra samlingen i Ringerike; timing, relasjon, taktikk, bevegelse, eksplosivitet, økonomi (smartnes). Utveksle erfaringer slik at vi sammen blir bedre!

#### **Overnatting:**

Fult mulig å overnatte i Dojoen til Bergen Karate Klubb.

Om hotell er ønskelig anbefales Scandic Bergen City, vår samarbeidspartner.

Se eget vedlegg for priser.

#### **Instruktør:**

Sensei Stein Jacobsen, 4. Dan.

Påmelding via instruktør/klubbleder til: [nod@entra.no](mailto:nod@entra.no)

Osu!

