



Träningsläger

17 - 19 /2 2023 i Västerås

Shihan Keiji Tomiyama 9 Dan 'Tasshi

Dick Schörling 8 Dan, Enrico Vatteroni 7 Dan & Michael Johansson 7 Dan

Anmälan: På följande länk: [2023 - Tomiyama Februar](#). Anmälan är preliminär och vi önskar att alla skriver vilka träningar ni skal vara med på och om ni skal med på middag lördagkväll. Detta är inte bindande, men vägledande. Vi önskar att alla gör det direkt via länken ovanför.

Veta mer: Kontakta Enrico Vatteroni enrico.vatteroni@bredband.net eller telefon 073-653 02 94

Kostnad: 650 kr vuxna. Klubbledare ansvarar att varje medlem er fysiskt och mentalt förberedd att delta på lägret. Betalning sker kontant på lägret.

Boende: Elite Stadshotellet Västerås, Stora Torget, 721 03 Västerås (Shihan Tomiyama bor här)
Best Western Hotel Plaza, Kopparbergsvägen 10, 722 14 Västerås, Sweden

Middag: På lördag kväll anordnar vi en gemensam middag, mer information kommer på lägret. Anmälan görs via länken på gällande Kurs og middag på lördag kväll!

Träning: Vi kommer ha en gemensam träning för alla med svart bälte från 1 Dan —> där kommer vi at träna Seisan og Seipai som vi ska fördjupa oss i.

Vi har en Seniorgrupp Som skal träna två pass med individuell träning på kata og tekniker för at vi önskar öka vår kunskapen , förbättrad kvalitet och förståelse till sin nästa grad.

	Fredag Västerås KC Fältnätargatan 12	Lördag Västerås KC Fältnätargatan 12	Söndag Västerås KC Fältnätargatan 12
Pass 1	18.00 - 20.00 Seniorer / Träning	10.00 - 11.30 1 Dan —>	10.00 - 11.30.00 1 Dan —>
Lunch		11.30 - 12.30	11.30 - 12.30
Pass 2		12.30 - 14.00 1 Dan —>	12.30 - 14.00 1 Dan —>
Pass 3		15.00 - 16.30 Seniorer / Möte / Träning	14.00 - 15.30 Seniorer / Träning
Middag	Middag	18.30 gemensam middag	