

Seminar og Gradering – fredag 30.november – søndag 2.desember

Seminar

For blått belte (6.cup) og over, starter graderingen i form av seminar allerede fredag ettermiddag. Oppmøte og innsats på seminaret er obligatorisk dersom man ønsker å gradere seg.

Gradering

Graderingen er for alle våre utøvere fra og med hvit belte (10.cup) til og med rødt belte med 3 sorte striper (1.cup). Sjekk at du har nok treninger og er godt forberedt til graderingen.

Sted Ila skole, gymsal 2

Timeplan

<i>Fredag 30.november</i>	18.00 – 20.00	Seminar
<i>Lørdag 1.desember</i>	11.00 – 16.30	Seminar (med innlagte pauser)
<i>Søndag 2.desember</i>	11.00 – 13.30	Gradering: Barn (6 – 12 år) med Hvitt til og med Junior blått belte.
	13.30 – 14.15	Beltensermoni
	14.30	Gradering: Barn (6 – 12 år) med blått belte og høyere. Gradering: Ungdom / Voksen (over 13 år).
	16.30	Prøvegradering – Sort belte
	16.30 – 17.00	Beltensermoni

Priser

Kun gradering	Kr. 350,-
Kun seminar	Kr. 350,-
Gradering og seminar	Kr. 650,-

Påmelding- og betalingsfrist: torsdag 15.november. Påmelding og betaling skjer samlet til instruktør på trening.

Vi trenger tiden fra påmeldingsfristen og frem til gradering til å gjøre de forberedelser som er nødvendig for å kunne gjennomføre seminaret og graderingen på en tilfredsstillende måte. Vi ber dere derfor om å holde fristen for påmelding.

Vi tar ikke imot påmeldinger etter fristen er gått ut. Påmelding via sms, email eller muntlig blir ikke registrert.

..... (Klipp)

Påmeldingsskjema til seminar og gradering 30.november-2. desember 2018

Navn: _____

Født: _____

Beltefarge: _____

Høyde: _____

Jeg ønsker å delta på (kryss av for det alternativet som passer):

Kun seminar

Kun gradering

Seminar og gradering