

Inbjudan till Borås Karateklubb träningläger.

4 - 6 MARS 2016 i Borgstena Allhallen

med Paul-André Safko 4 Dan

Tema: Glädje och träning

Borås Karateklubb vill passa på att bjuda in alla till ett träningsläger för unga, i kropp eller sinne. Träning från fredag kväll till söndag middag.

Schema

Fredag 15:00—18:00 Incheckning, komma till rätta & bekanta sig med området.

18:00 – 19:15 Kvällsträning

19:30—21:30 Grillning & kvällsaktivitet

Lördag 08:00 – 09:00 Frukost

10:00 – 11:30 Träning

12:00 – 13:00 Lunch

15:00 – 16:30 Träning

18:00 – 19:00 Middag

19:30 – 21:30 kvällsaktivitet

Söndag 08:00 – 09:00 Frukost

10:00 – 11:30 Träning

12:00 – 13:00 Lunch

13:30—14:00 Städning

14:00 Avfärd

Pris: 600 kr/person. I detta ingår träning i grupper indelade i bältes nivå, alla måltider och övernattnig i träningslokalen och alla andra eventuella roligheter som hittas på.

Plats: Borgstena Allhallen

Anmälan senast den 26 februari 2016. Skicka anmälan via mail till info@boraskarateklubb.se eller gör anmälan på hemsidan, <http://www.boraskarateklubb.se/camp/>

Tycker du hellre om att ringa eller skicka SMS? Kontakta då gärna Anders Strömbom 0761-15 32 48, Andreas Safko 0731-46 21 21 eller Magnus Damgren 0709-72 42 54.

Ange namn, klubb & telefonnummer.



BORÅS KARATEKLUBB

WWW.BORASKARATEKLUBB.SE