

Shito-ryu Karate -do



KOFUKAN

# Asker Karateklubb

## **Medlemsinformasjon – november/desember 2005**

### **Gradering**

Det blir gradering søndag 27. november, Helsethallen ved Bærum Verk. Nytt belte koster kr. 50,- som kan kjøpes på gradering eller på trening etterpå.

### **Trening frem til juleferien**

Barnepartiene trener sammen tirsdag 29/11 + torsdag 1/12 kl 18 – 19.

Voksne (inkl ny) trener mandager 18.30 – 20, Onsdager og fredager 18 – 19. 30.

Siste voksentrening før jul er fredag 16. desember kl 18 – 19.30 (alle)!

### **Juleavslutning**

Barn: Tirsdag 6. desember møtes vi på Metro Bowling i Asker kl. 17:55 og bowler. Vi avslutter kl. 19. Kr. 50,- i egenandel.

Voksen: Onsdag 14. desember møtes vi på Metro Bowling i Asker kl 18.55 og bowler. Kr. 50,- i egenandel.

### **Treningsstart våren 2006**

Det blir de samme treningstidene for de ulike partiene som høsten 2004. Første trening er:

Mandag 9. januar 2006:

Voksen kl. 18.30 (Gymsalen)

Tirsdag 10. januar 2005:

Barn kl. 19.00 (Gymsalen)

### **Nybegynnere våren 2005**

Nybegynnerkurs starter i uke 4

Første trening::

Voksen mandag 23. januar kl. 20.00 (Gymsalen)

Barn tirsdag 24. januar kl. 18.00 (Gymsalen)

Endelige tider vil komme i annonse og på plakater som vil bli hengt opp. Si i fra til venner og bekjente!

### Til foreldre:

Møt opp på voksen-partiet, da vel! I tillegg til å få et innblikk i hva barnet ditt er med på, får du god trening og masse moro.