

Kofukan Camp 2022 på Bøtø Strandpark!



Sommertræningslejren afholdes på Ballerup Kommunes feriekoloni Bøtø på Lolland. Stedet ligger tæt på vandet med lækker strand og gode faciliteter til en træningslejr. Klubbens senior instruktører står for undervisningen igen i år, så niveauet vil være højt og tilpasset uanset grad.

Dato: Afrejse fra klubben fredag den 24. juni. Mødes i klubben kl. 16:00.
Hjemkomst til klubben den 27. juni. kl. 21.30. Vi kører fra Bøtø 20.00.

Transport: Samkørselordning blandt deltagerne, som oplyses ved tilmeldingen.

Sted: **Bøtøvej 194, 4873 Væggerløse**
Læs mere: <http://botostrandpark.ballerup.dk/>

Hvad skal der ske:

- Træning udenfor pensum
- Selvforsvar til gaden.
- Inddelte træningspas efter traditionel- og sportskarate.
- Pensum til næste grad trænes.
- Sortbælte træninger hver dag.
- Sociale aktiviteter, konkurrencer og selvfølgelig en god afslutningsfest efter 4 dages hård og spændende træning.

Familiemiddag: Hele familien er inviteret til opvisning og middag mandag kl. 17.00 på Bøtø. Separat tilmelding i <https://kofukan.klub-modul.dk>

Krav for deltagelse: Øvede børn min. 10 år, Ungdom øvede, voksne +15 år alle grader og hold.

Skal have et par rigtige løbesko og skal kunne løbe 3 km uden pause.

Pris: 1100,-kr. Prisen dækker, mad, logi, træning og aktiviteter (Klubben betaler resterende tilskud til træningslejren).

Tilmelding: Det er begrænset antal pladser på 50 deltagere, dog min 25 deltagere for det økonomisk kan løbe rundt for klubben. Tilmeldingen foretages på <http://kofukan.klub-modul.dk> under event.

Kontakt: Spørgsmål kan rettes til Sensei Jonas Bisgaard på formand@kofukan.dk. Kan kontaktes på mobil nummer 29691743 under lejren.

Praksis info: Gi, kampudstyr, løbesko etc,..kan ses i pakkelisten på kofukan.dk/kalender