



## Kamptræning i Aarhus Karate Skole med Allan Busk

**Søndag d. 8. december**

Kamptræning for alle der gerne vil dygtiggøre sig indenfor konkurrence kumite.

På denne dag får du masser af inspiration til hvordan du kan træne dig op til at bedre til konkurrence kumite, forbedring af teknikker, input til strategi og afkodning af modstander, strategier og forberedelse til stævner m.v.

### Program

10.30 – 12.00	Træning
12.00 – 13.00	Pause/frokost
13.00 – 14.30	Træning

### Hvem kan deltage

Alle voksne medlemmer fra en klub under Dansk Wadokai med min. 5 kyu.

### Tilmelding

Deltagergebyr: 100,- pr. deltager

Tilmelding sker ved at sende 100,- via MobilePay til 31415100 med teksten "Kumite" efterfuldt af jeres navn og klub.

### Allan Busk



Landstræner (kumite) i Dansk Karateforbund siden 2015

Grundlægger af Sportskarate i Ålborg (mest vindende klub i DK de sidste 13 år)

Medforfatter af Dansk Karate Forbunds ATK

Bedste danske senior kæmper (VM bronze og EM sølv)