

Schema för karateläger i Tibblehallen 2 - 4 december 2016

Grupp	1	2	3	4	5	6	7	8
Grad	9-8 kyu mon (vit-rött/vit 6-12år)	8-7 kyu mon (rött-gult 6-12år)	9-8 kyu vuxna (vit-rött)	7 kyu-6 kyu mon (gult-orangevit)	6 kyu-5 kyu mon (orange-grönvit)	5-4 kyu mon (grön-blåvit)	4-2 kyu (Blått-brun)	1 kyu - Dan (brun-svart)
Fredag:								
18,00 - 18.45	Registrering (sal 3)							
	Specialträning för de som ska gradera till DAN, med Sensei Jon Wicks, kl 18-19.							
19,00 - 20.00	Pass 1							
20,00 - 20.50	Pass 2							
Lördag:								
08.00 - 08.45	Registrering (stora CC)							
	För de som inte registrerat sig på fredagen eller under veckan innan, Tibblehallen Stora hallen							
09.00 - 09.20	Samling/uppvärmning							
09.20 - 10.50	Pass 3							
	Samling/Uppvärmning för samtliga deltagare i Tibblehallen Stora hallen + Gemensam KIHON under ledning av Sensei Jon Wicks							
	Pass 3 A CC	Pass 3 B CC	Behzad Golrang Sal 4	Luan Krasniqi Sal 5.4	Michael Öberg Sal 5.3	Sensei Wicks Sal 3	Sensei Beysen Sal 5.1	Sensei Beysen Sal 5.1
11,00 - 12.00	Pass 4 A CC	Pass 4 B CC	Alf Aggring Sal 4	Michael Öberg Sal 5.4	Sensei Wicks Sal 3	Robin Siri Sal 5.3	Sensei Beysen Sal 5.1	Sensei Beysen Sal 5.1
12.00 - 13.15	Foto/Lunch/Uppvisning							
13,15 - 13.30	Samling/uppvärmning							
13,30 - 14.40	Pass 5							
	Samling för samtliga tränande i Tibblehallen Stora hallen							
	Pass 5 A CC	Pass 5 B CC	Jonas Barle Sal 4	Sensei Beysen Sal 5.1	Greeg Nordqvist Sal 5.3	Michael Öberg Sal 5.2	Sensei Wicks Sal 3	Sensei Wicks Sal 3
14.45 - 15.45	Pass 6 A CC	Pass 6 B CC	Sensei Beysen Sal 4	Behzad Golrang Sal 5.1	Luan Krasniqi Sal 5.3	Greeg Nordqvist Sal 5.2	Sensei Wicks Sal 3	Sensei Wicks Sal 3
16.00 - 17.00	DAN-GRADERING							
Söndag:								
09.00 - 09.15	Samling/uppvärmning							
09.30 - 10.50	Pass 7							
	Samling för samtliga deltagare i Tibblehallen Stora hallen							
	Pass 7 A CC	Pass 7 B CC	Robin Siri Sal 4	Michael Öberg Sal 5.3	Sensei Beysen Sal 5.1	Luan Krasniqi Sal 5.2	Sensei Wicks Sal 3	Sensei Wicks Sal 3
11.00 - 12.15	Pass 8 A CC	Pass 8 B CC	Michael Öberg Sal 4	Greeg Nordqvist Sal 5.2	Alf Aggring Sal 5.3	Sensei Beysen Sal 5.1	Sensei Wicks Sal 3	Sensei Wicks Sal 3
12.15 - 12.30	Stretching							
	8 Kyu							
	7 Kyu							
	6 Kyu							
	5 Kyu							
	4 Kyu							
	3 Kyu							
	2 Kyu							
	1 Kyu							
13.00 - 15.30	Kyu-Gradering							
	Herbert/Pernilla/Christine/Henrik/Christer/Henrik V/Marius	Behzad/Malin/Josef/Fredrik H/Hartviq/Mathilda	Hasse/Anders M	Robin/Alf	Michael	Michael	Greeg	Greeg

Instruktör Vuxna

Sensei Wicks
Sensei Beysen
Michael Öberg
Greeg Nordqvist
Luan Krasniqi
Robin Siri
Alf Aggring
Behzad Golrang
Jonas Barle

Tekniker

6st Advanced Wadoryu techniques, Kata, Kihon-gumite, tanto-dori, idori, tachi-dori, Dan-grading training
6st Advanced Wadoryu techniques, Kata, Kihon-gumite, tanto-dori, idori, tachi-dori, Dan-grading training
3st Grund-tekniker, kombinationer, partekniker, Pinan-kata
3st Grund-tekniker, kombinationer, partekniker, Pinan-kata
3st Grund-tekniker, kombinationer, partekniker, Pinan-kata
2st Grund-tekniker, kombinationer, partekniker, Pinan-kata
2st Grund-tekniker, kombinationer, partekniker, Pinan-kata
1st Grund-tekniker, kombinationer, partekniker, Pinan-kata

Instruktörer

Pass 3A
Pass 3B
Pass 4A
Pass 4B
Pass 5A
Pass 5B
Pass 6A
Pass 6B
Pass 7A
Pass 7B
Pass 8A
Pass 8B

Barngrupper

Henrik Martin
Christine Martin
Simon Sjöberg
Hans Skoglund
Christine Martin
Fredrik Hjulström
Malin Brandt
Pernilla Ramslöv
Christian Sundberg
Hartvig Rygaard
Carola Mattsson
Henrik Verputten

Grund-tekniker, kombinationer, partekniker, Pinan-kata

Milla Martin
Tyra Bruno
Julia Rygaard
Helena Höglund
Tyra Bruno
Birgitta Birath
Mathilda Öberg
Vendela Sjöberg
Julia Rygaard
Mathilda Öberg
Birgitta Birath
Milla Martin
Fredrik Hjulström
Pernilla Ramslöv
Malin Brandt
Mathilda Öberg
Henrik Martin
Simon Sjöberg
Lena Lindgren
Emma Axsäter
Stephen Schmidt
Christine Martin
Gradering (Pierre & Pernilla)
Gradering (Anders & Hans)

Annika Hanberger
Marius Martin
Birgitta Birath
Annika Hanberger
Marius Martin
Milla Martin
Julia Rygaard
Helena Höglund
Pelle Magnusson
Marius Martin