

Shikatan Alueleiri

Savonlinnassa 26. – 28.1.2024

Toppalassa, Karjalantie 9, Savonlinna

Vetäjät Ismo Mikkonen 3.dan, Sanna Merta 2.dan, Antti Hynönen 1.dan, Juuso Neuvonen



Ohjelma

Perjantai

18.30 – 19.30 Yhteisharjoitus

Lauantai

10.30. – 12.00 Yhteisharjoitus

12.00 – 12.30 Randoria

12.00 – 13.30 Lounas

14.30 – 15.45 Junnut / Kuntoilijat

15.45 – 17.00 Kilpailijat

17.00–17.30 Randoria

17.00 – 18.30 Iltaruoka

19.30 – 20.30 Palauttava harjoitus

Sunnuntai

7.00–8.00 mattorandori

7.30–8.30 Aamupala

9.00 – 10.15 Junnut / Kuntoilijat

10.15 – 11.15 Kilpailijat

11.15 – 11.45 Randoria

11.00 – 12.30 Lounas

14.00 – 15.30 Yhteisharjoitus

Kotiin

HINNASTO:

Leiripaketti 85 €. sis. harjoitukset, tatamimajoitus, ruoat (la lounas, päivällinen ja iltapala. su aamupala ja lounas yksittäinen harjoitus 15€

kaikki harjoitukset 40€

ruoka 7€ ja tatamimajoitus 10€

Ilmoittautuminen 24.1.2023 mennessä Shikatan nettisivujen kautta

<http://shikata.sporttisaiitti.com/leirille-ilmoittautuminen/>

Tiedustelut ja lisätiedot Ismo Seppänen 050 067 6316 tekstiviesti WAP

sähköpostitse shikata@suursaimaa.com

Valitse haluamasi osat ja suorita maksu Shikatan tilille viim. 24.1.24

FI16 2365 1800 1237 16

