



Maaillmanmestari

Luca

Valdesin 5.dan

Kesäleiri

12.-14.6.2009



Yksi kilpakaraten menestyneimmistä urheilijoista, viisinkertainen maailmanmestari Luca Valdesi (ITA), tulee pitämään leiriä Tapanilan Erälle 12.-14.6.2009.

Leiri on tarkoitettu kaikille karatenharrastajille. Leirillä on harjoituksia sekä lapsille ja aikuisille.

TERVETULOA!

Ohjelma:

Junioreiden leiri

7-13 -vuotiaille

Hinta: 20€ koko leiri

Harjoitukset

perjantai 12.6.

Klo 14.00-15.30

Yhteiskuva harjoitusten välissä

Klo 16.30-17.45

Aikuisten leiri

Yli 13-vuotiaille

Hinta: 40€ koko leiri, 15€ /harjoitus

Harjoitukset

Perjantai 12.6.

Klo 19.00-20.30

Lauantai 13.6.

Klo 10.00-11.30

Klo 13.00-14.30

Yhteiskuva harjoitusten jälkeen

Sunnuntai 14.6.

Klo 10.45-12.15

Kilpakataharjoitukset

Kilpakataajille & valmentajille

Hinta: 20€ / 2 harjoitusta

Harjoitukset

lauantai 13.6.

Klo 16.00-17.30

Sunnuntai 14.6.

Klo 9.00-10.30

Harjoitusmaksu maksetaan käteisellä paikanpäällä.

Leirillä on tulkki joka harjoituksissa paikalla - sinun ei siis tarvitse hallita italiaa eikä englantia.

**Kesän paras karateleiri -
varaathan paikkasi ajoissa!**



Illallinen:

Järjestämme lauantai-iltana illallisen kauppa-keskus Flamingossa, johon kaikki leiriläiset ovat tervetulleita. Ilmoitathan osallistumisestasi illalliseen leiri-ilmoittautumisen yhteydessä! Illallismaksu maksetaan erikseen ruokailun yhteydessä. (Ilmoitathan samalla mahdollisista ruoka-aineallergioista.)

Leiripaita:

Leirillä on ostettavissa leiripaita – ilmoitathan leiripaidanhankinnasta ilmoittautumisen yhteydessä, jotta osaamme varata oikean määrän paitoja. Leiripaidan hinta vahvistetaan myöhemmin.

Harjoituspaikka:

Harjoitukset pidetään **Tapanilan urheilukeskuksen tatamilla** osoitteessa: Erätie 3, 00730 HELSINKI (mm. bussi 72 pääte pysäkki on Tapanilan urheilukeskus)

Majoittuminen:

Hotelli Avion – Malmi (1,5 km harjoituspaikasta)
<http://www.hotelavion.net/>

Sokos Hotel Flamingo (7 km harjoituspaikalta)
www.sokshotels.fi

Lisätietoja:

www.tapanila.com/karate

Juuso Kenkkilä puh: 050-3232 514

tai sähköpostitse: erankarate@gmail.com

Ilmoittautuminen sähköpostitse 30.5.2009 mennessä!



**Kesän paras karateleiri -
varaathan paikkasi ajoissa!**





Luca Valdesi pähkinänkuoressa:

Syntynyt vuonna 1976

Karate 5. dan

5. kertainen maailmanmestari

14. kertainen Euroopan mestari

Edustaa Italiaa, asuu Sisiliassa

Kilpailee katassa ja joukkuekatassa

Lisätietoja Luca Valdesista ja mm. kisavideoita:

www.lucavaldesi.com



**Kesän paras karateleiri -
varaathan paikkasi ajoissa!**

