

SHIN-GO-RYU

SOMMERCAMP

2026

新剛流



新剛流

RETURN of the SUMMERCAMP!

En weekend i karatens ånd for alle klubber og stilarter

I samarbejde med DKKO



Så er SHIN-GO-RYU SOMMERCAMP endelig tilbage!

Men hvorfor deltage?

Du bør deltage i sommercampen, hvis du er interesseret i at fordybe dig i karate, udvikle dine evner og skabe endnu tættere bånd med andre karate-ka (karate udøvere) fra både egen og andre klubber. Vi vil træne os igennem hele karatens univers med:



KIHON



KATA



KUMITE

Og selvfølgelig en masse sjov!

Hvor og hvornår?

Campen vil finde sted lørdag d. 6. og søndag d. 7. juni, på Rungsted Private Realskole, Vallerød Banevej 23, 2960 Rungsted Kyst.

Rungsted Private Realskole byder på 2 sale med godt gulv, en stor græsplæne og en skov i nærheden. Hvis vejret tillader det vil en del af træningen foregå udendørs, så HUSK løbesko og eventuelt solcreme.

Vær opmærksom på at vi desværre ikke har mulighed for at tilbyde overnatning i forbindelse med denne camp.

Hvem kan deltage?

Alle kan deltage, uanset bæltegrad og køn. Hele campen er for voksne og juniorer (10+ år). Der vil blive afholdt en særlig børne-camp, for børn under 10 år, samme sted om lørdagen, fra 10:30 til 15:30.

Vores mange dygtige instruktører sørger for at alle vil få en fantastisk oplevelse med højt humør og masser af læring, uanset om du er helt ny eller har mange års erfaring.

Hvad får du?

- Træning og undervisning på højeste niveau
- En super fed SOMMERCAMP T-SHIRT
- Eftermiddags snack
- Et FANTASTISK aftensmåltid (for deltagere 10+ år)
- Stærkt sammenhold og venskaber

Hvad skal du medbringe?

- Gi (Karatedragt og bælte)
- Løbesko
- Madpakke (til lørdag frokost)
- Kampudstyr (hvis de haves)



Program

Lørdag (10+ år):

- 9:00-9:20 – Velkomst/intro
- 9:20-10:00 – Opdelt træning
- 10:00-10:30 – Pause
- 10:30-11:30 – Fællestræning
- 11:30-11:45 – Fælles foto og tale
- 11:45-12:00 – T-shirt uddeles
- 12:00-14:00 – Frokost (madpakker)
- 14:00-15:00 – Fælles challenge
- 15:00-16:00 – Opdelt træning
- 16:00-17:00 – Eftermiddagssnack
- 17:00-18:30 – Opdelt træning
- 19:00 – Aftensmad og hygge

Søndag (10+ år):

- 9:00-10:00 – Træning
- 10:00-10:30 – Pause
- 10:30-12:00 – Fælles sparring
- 12:30 – Afslutningsceremoni, farvel og tak

Børne-camp

Lørdag (børn under 10 år)

- 10:30-11:30 – Fælles træning
- 11:30-11:45 – Fælles foto og tale
- 11:45-12:00 – T-shirt uddeles
- 12:00-12:30 – Frokost (madpakker)
- 12:30-13:00 – Jorden er giftig
- 13:00-14:00 – Træning og leg
- 14:00-15:00 – Fælles challenge
- 15:00-15:30 – Farveltræning

Tilmelding og pris

Tilmelding koster 450 kr for voksne og juniorer (10+ år)

Tilmelding til Børne-camp for børn under 10 år koster 200 kr.

Tilmelding sker via. linket herunder:

<https://www.2970karate.dk/slejr/slejr.php>

VIGTIGT:

Koden for at komme ind på tilmeldingssiden er "kawasaki"

Efter tilmelding vil der blive sendt en mailkvittering med betalingsinfo.

Tilmeldingen er kun gyldig efter korrekt betaling.

HUSK i tilmeldingens kommentar felt at skrive, hvis der er noget vi skal tage hensyn til som f.eks. kostbehov eller andet.

Tilmeldings- og betalingsfristen er mandag d. 4. maj 2026

Kontakt

Ved spørgsmål kontakt venligst Tobias på enten:

Mail: tobias03.gudme@gmail.com

SMS: 22 58 57 02

Vi glæder os til at se jer alle sammen

OSU!