



Vinterläger 2019

Information

Plats	Tibblehallen, Täby - 29 nov - 1 dec
Registrering	Registrering kommer att erbjudas under veckan inför lägret. • Måndag 25/11, kl.17-19 • Tisdag 26/11, kl.17-19 • Onsdag 27/11, kl. 17-19 • Fredag 30/ 11, kl.17.30 -19 • Lördag 1/12, kl. 8 – 9 Registrering söndag görs i shoppen.
Lägeravgifter	Lägeravgiften är 500 kr för två dagar och 300 kr för en dag. Graderingen kostar i tillägg 300 kr. <i>För att få gradera på söndagen, är det obligatorisk närvaro på hela lägret. För att gradera till bältesfärg orange-vit och högre krävs tränarens godkännande.</i>
Betalning	Betalning av läger- och graderingsavgift kan ske kontant på plats, via plusgiro 79 47 38-5 eller via Swish 123 511 27 35 på plats. Vid betalning via plusgiro måste kvitto uppvisas vid registreringen. Inköp i shopen måste ske kontant eller via Swish 123 511 27 35. Klubben har inte möjlighet till fakturering eller betalning med kort.
Tider för lägret	Fredag 29 november 19.00 - 21.00 för karateutövare som har brunt eller svart bälte finns det möjlighet att delta i ett specialpass med Sensei Jon Wicks, kostnad 300 kr. Betalning sker i klubbbrummet mellan klockan 17.30 – 19.00 på fredagen. Lördag 30 november 09.00 - 12.00 Samling, uppvärmning och träning i respektive grupper. 12.00 - 13.15 Samling för fotografering och sedan lunchrast. 13.15 – 15.00 Återsamling, uppvärmning och träning i respektive grupper. 15.00 Dan-gradering startar Söndag 1 december 09.30 - 12.15, Samling, uppvärmning och träning i respektive grupper. 12.15 - 12.30, Alla samlas för gemensam stretching och avtackning. 12.30 - 13.00 Kort lunchrast. 13.00 - Kyu-gradering (se information under Gradering)
Gradering	Om man deltar under båda dagarna finns det möjlighet att gradera inom stilen WIKF Wado Ryu på söndagen.



	Graderingen för barn upp till 12 år till röd-vitt bälte sker på söndag innan lunch, dvs. det sista passet på lägret. Gradering för övriga startar kl.13.00 och gäller endast för de barn som graderar till rött bälte och uppåt, samt för vuxna som graderar för alla Kyu-grader.
Checklista för gradering	• Karatedräkt med klubbmärket fastsytt eller broderat på vänster sida av jackan. • Ta med graderingsbok, se till att namn och bild finns i den. Graderingsbok kostar 200 kr och finns att köpa i klubbens shop eller på lägret. • För att få gradera måste man ha betalt terminsavgift och deltagit i träningen under terminen. Det är OBLIGATORISK närvaro på lägret hela helgen om man ska gradera. • Frågor om gradering tas med respektive tränare. Det är tränaren som ska godkänna om det är ok att gradera (dvs. har man varit med på lektionerna och uppnått färdighet för den nivån). För högre bältesnivåer (från orange-vit) krävs godkännande från tränaren. • Ev. avsteg från den obligatoriska närvaron på lägret (bara vara där en dag t.ex.), ska också godkännas av tränaren.
Dan-gradering	Dan-gradering på lördagen kl. 15.00. Föranmälan krävs. Kontakta Sensei Michael Öberg. Mailadress: oberg.co(at)gmail.com
Schema	Ett detaljerat schema kommer att publiceras på www.wikf.se och www.tibblekarate.se innan lägret. Skriv gärna ut och ta med ett eget exemplar av schemat till lägret.
Övrigt	Ta med vattenflaska, matsäck och snacks ifall man behöver fylla på energin mellan träningspassen. För att handla mat och dryck, finns det en cafeteria i Tibblehallen. Det finns också flera restauranger och mataffärer i Täby Centrum, som ligger i anslutning till Tibblehallen - det tar ca 5 min att gå dit.