

WATANABEIR 2016

Fredag	Ansvar	Barn 7- 11 år	6 - 4 kyu	3 - 2 Kyu	1 kyu - dan grader	Info
17.00 - 18.00	Alle	Felles trening / Basic / Kata				Karusshallen
18.00 - 19.00	T. Watanabe	Sumo Cup. / Dojo	E-kata / Pinan Kata	Pinan kata	Bassai, Naih., Uchi echi	Karusshallen / Dojo Våg.
19.00 -20.30	Alle / Ledergruppa	Grilling. Vi spanderer enkel grillmat.				

Lørdag	Ansvar	Barn 7- 11 år	6 - 4 kyu	3 - 2 kyu	1 kyu - dan grader	Info
09:00 - 10:30	T. Watanabe, E. Olsen	Kata / Basic / Lek	Basic/ pinan kata	Basic/ Pinan kata	Basic/ Bassai, Naih./Hang	
10:30 - 11:00	T. Årdal / Dan graderte	Samling graderingspaneler				
11:00 - 15:15	Alle	Gradering				
		Barn 7- 11 år	ungd. 11- 14 år			
12:00 - 14:00	Våg KK	Karatekongens ninjasti	Ninjasti/fritrening	Fritrening dojo Våg KK	Fritrening Dojo Våg KK	Ninjasti møter utenfor skoleinngang
14:00 - 16:00	Catering / Ledergruppa	Lunsj				
16:00 - 16:30	Alle	ALLE STILLE I KARATE DRAKT - FELLESFOTO OG FELLIS TRENING OG NINJA TUR				Ninja tur - barn/Yngre ungdom (M. Værforb)
		Barn 7- 11 år	6 - 4 kyu	3 - 2 kyu	1 kyu - dan grader	
16:30 - 17:30	T. Watanabe / T. Årdal/ E. Olsen +	Basic / kata	Basic/ Kata	Bassai/Nisie/Hanget	Kuchanku / Uchi eichi	
17.30 - 18.30	T.Årdal m fl.		Kumite	Kumite	Kumite	VKK Dojo
18.30 - 19.30	Dommere		Fri Kumite	Fri Kumite	Fri Kumite	VKK Dojo
17.30 - 18.30	A. Pedersen		Bunkai	Bunkai	Bunkai	Hallen / De som vil Nunchaku slutter 19.00
		Barn 7- 11 år	ungd. 11- 14 år	ungd. 15- 18 år	Voksne	
18:00 - 20:00	Tyh KK	Film	Film			Vrimlehall / Filmrom 7år+
18.45 - 19.30	T. Watanabe / Tyh KK	Nunchaku / Film	Nunchaku / Film	Nunchaku	Nunchaku	Nunchaku 200,- i kiosken / Filmrom 7år+
19.45-20.00	T.Årdal	GRADERINGSRESULTATER				
20:00 - 21:00	Alle / Ledergruppa	Varm Mat Serveres.				
20.30 -21.30	Gri KK	Sumocup	Sumocup	Sumocup		
21:00 - 01:00	SKAN	18 års grense		SOSIALT	KLUBBROM TIL VÅG KK	

Søndag	Ansvar	Barn 7- 11 år	Ungdom 11- 14 år	Ungdom 15- 18 år	Voksne	Info
10.00 - 11.00	T. Watanabe	Fellestrening				
11.00 - 11.45	T. Watanabe	Nunchaku				Nunchaku
11.45 - 12.00		Oppvisning klubber				Alle klubber prøver å lage en kort oppvisning
12.00 - 14.00	Alle	Øvingsstevne med dommere over flere matter samt dojo.				