



## GRADERINGSLÄGER 17 december 2022

Tid: Lördag den 17 december klockan 09:00 – 16:00

Plats: **Munkegärdeskolans gymnastiksal**

Reg. & betalning: 09:00 – 09:15

Träningspass: 09:15 - 10:00 Grunder & kombinationer  
10:15 - 11:15 Partekniker  
11:15 – 13:00 Lunch, ta med något att äta  
13:00 – 14:00 Kata  
14:15 – 16:00 Gradering till kyu-grader

Pris: **150 kronor för lägret. Graderingsavgift tillkommer.** Betalas innan träningen, kontant eller Swish 123 152 85 87 Ange för vem betalningen gäller vid Swish.

Anmälan: Till din klubbinstruktör

Mat: Ta med något att äta när det är paus.

**Gradering: Hur går en gradering till?**  
Var och en visar upp det tekniker, kombinationer och kata som man ska kunna för att bli certifierad till en högre grad.  
Grunder visas i grupp om max fyra. (Ibland är man ensam)  
Parövningar ett par åt gången (Ibland två par samtidigt)  
Kata visas ofta en och en, Max två per gång. Kata görs i egen takt.

**Avgift: Vad ingår i graderingsavgiften?**  
Själva graderingen, certifikat om man klarar sig och ett nytt bälte motsvarande den graden man klarat.  
**Barn under 14 år 150 kr, Vuxen 200 kr.**

**Innehåll: Vad ska man kunna till de olika graderna?**  
**Information** ligger på hemsidan [kungalvskarateklubb.se](http://kungalvskarateklubb.se)  
**För de som inte fyllt 14 år: Finns halvgrader (mon) 8 kyu (grad) mon (halv):** bältet är vitt och rött, 8 kyu bältet är rött/vitt. 7 kyu mon vit/gult bälte, 7 kyu gul/vitt bälte. Se hemsidan [kungalvskarateklubb.se](http://kungalvskarateklubb.se)

**Certifikat och nya bälten beställs efter graderingen.**