



laidô - harjoitukset

14.- 15.1.2012

HALSSILAN KOULU

Lokitie 9, 40400 Jyväskylä

Lauantai

13:00 - 13:45 Tachiuchi no Kurai
14:00 - 14:45 Kihon
15:00 - 16:00 Shoden

Sunnuntai

09:00 - 09:45 Tachiuchi no Kurai
10:00 - 10:45 Shoden / Chûden
11:00 - 11:45 NIK Tôhō

RUOKATAUKO

17:30 - 18:15 Shoden/Chûden
18:30 - 19:00 NIK Tôhō
19:15 - 20:00 Okuden

12:15 - 12:45 Erikoisharjoitus
13:00 - 14:00 Shoden/Chûden
14:15 - 15:00 Okuden

Ohjaaja: Mikko Oksa 5.dan laidô, Musô Shinden ryû

Hinta: Kokoleiri 30,00 € tai pelkät aamu- tai iltapäiväharjoitukset 10,00€ / päivä.

Harjoitusten tasorajat noudattavat SMSRY:n yleisiä suosituksia.

Huom! Koulun välittömässä läheisyydessä ei ole ruokapaikkaa.

Varustus: Musta tai valkoinen budopuku, puvun värinen vyö, sekä hakama, iaito, bokken
sekä muistiinpanovälineet

Aloittelijat saavat käyttää ainoastaan puista harjoitusmiekkää ja olla ilman hakamaa.

Jokainen huolehtii omasta vakuutusturvastaan.

Jigotai Ry

Suomen Musô Shinden Ryû Yhdistys Ry:n jäsen

Lisätietoja: Mikko Oksa +358 50 431 7291

mikko.oksa (at) pp1.inet.fi