

WKF: Velkommen til kick off



Bilde fra tidligere kick off. Foto: Norges Kampsportforbund.

Publisert 17.06.2020

DEL ARTIKKEL

Norges Kampsportforbund ved karate-seksjonens WKF-grenutvalg, har igjen gleden av å invitere karate-talenter fra hele Norge til kick off, og en god start på høstsesongen! Kick off høsten 2020 arrangeres ved landslagsanlegget for karate og taekwondo på Skullerud 29. og 30. august.

Vi er svært glade for å igjen kunne ønske velkommen til til kick off; og håper denne høst-utgaven blir like vellykket som tidligere versjoner. Påmelding gjøres via Sportdata, og påmeldingsfristen er 20. august.

Praktisk info

STED:

Sted for samlingen er kampsportforbundets treningslokaler ved Skullerud idrettspark.
Adresse: Skullerud Idrettspark, Olaf Helsets vei 5, 0694 Oslo. Inngang ved siden av Oslo Klatresenter.

PRIS:

Pris er kr. 350,- pr utøver for hele helgen, og faktura sendes til utøvers klubb i etterkant. Avgiften skal dekke leie av hall, transport av matter og utstyr. Helgen er gratis for trenere og dommere.

PROGRAM:

Helgen vil i likhet med tidligere kick off-arrangementer bestå av mye nyttig trening for utøvere innen både kata og kumite. Trenere vil være bl.a. Cato Bruarøy, Arild Lund, Geir Hjerpaasen, Gard Sælid, Juan Lopez, Lars Forberg og Arne Wallann. Det er også planlagt en egen samling for jenter på søndag.

I tillegg til trening planlegges det også seminar i regi av Antidoping Norge, dommerseminar med fokus på bedømming i e-stevner, og seminar for utøvere med fokus på deltakelse i e-stevner.

Endelig program for helgen vi ferdigstilles innen 1. juni, og offentliggjøres så snart som mulig.

LÆRE AV HVERANDRE:

Hensikten med kick off er å lage en nasjonal arena hvor konkurranseutøvere i Norge skal møtes, måle ferdigheter og ikke minst lære av hverandre, under kyndig veiledning av utvalgte regionstrenerne m.fl.

KUMITE:

Det er ønskelig å invitere kumite-utøvere til å trene sammen. Kumite-utøverne skal få trene kumite, matche andre utøvere, få feedback fra dommere og mulighet til å stille spørsmål. Kumite-treningen vil bli ledet av norske trenere med lang erfaring og topp resultater både nasjonalt og internasjonalt. Randori på søndag er tenkt benyttet for å kunne notere talentfulle utøvere til aktuelle internasjonale stevner, som vi ønsker å reise til som et samlet norsk lag.

KATA:

På denne samlingen vil det også bli mye relevant katatrening. Treningen vil bli lagt opp til økter med basisøvelser, hurtighet, konkurransekata, katarunder med dommere og feedback, og mulighet til å stille spørsmål.