

VÄLLINGBY KENDOKLUBB
XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

HEJSAN , HÄR KOMMER ETT LITET UTSKICK2.....

DEN SISTA NOVEMBER (30/11,86) KAN ALLA SOM VILL KOMMA TILL
VÅRT TRÄNINGSLÄGER I VÄLLINGBYHALLEN: DÅ TÄNKTE VI TRÄNA ENLIGT
FÖLJANDE SCHEMA:

START 10.00
"WORK OUT"
KENDO
LUNCH 12.00-13.00
JODO
IAIDO
SLUT 16.00

ALLA ÄR HJÄRTLIGT VÄLKOMNA INTE BARA TILL LÄGRET UTAN ÄVEN DEN
SOCIALA BITEN SOM TAR VID EFTER LÄGRET. DÅ LÄR DET OCKSÅ FINNAS
MÖJLIGHETER ATT FÅ NÅGOT I MAGEN:

EFTERLYSNING
XXXXXXXXXXXX

ÄR DET NÅGON SOM VET MED SIG ATT HAN/HON/EN KOMPIS HAR ETT PAR
KOTE HEMMA SOM DET STÅR VÄLLINGBY KENDOKLUBB I?????????????
I SÅ FALL VORE DET TACKSAMT OM DE DÖK UPP PÅ EN TRÄNING SÅ
SNART SOM MÖJLIGT.

VÄREN -87

FÖRSLAG TILL TRÄNINGSTIDER FÖR DEN KOMMANDE VÄREN:

MÅNDAG 20.00-21.30 NYBÖRJARE
ONSDAG 19.30-21.00 SEKINE-SENSEI
TORSDAG 18.30-20.30 JODO
FREDAG 19.30-21.00 KENDO

SSIF:s JULCUP
XXXXXXXXXXXXXXXX

SSIF-KENDO HAR SKICKAT EN INBJUDAN TILL TÄVLING OCH TRÄNING
VID LUCIA-HELGEN.

12 DECEMBER (FREDAG) 19.00-?
13 DECEMBER (LÖRDAG) 10.00-12.00, 13.00-15.00
14 DECEMBER (SÖNDAG) 09.00-12.00

TÄVLINGARNA ÄR PÅ FREDAGSKVÄLLEN OCH BESTÅR AV TVÅ GRUPPER
AVANCERADE (ALLA SOM KAN TA PÅ SIG RUSTNING) OCH MER AVANCERADE.
PÅ TRÄNINGSLÄGRET LÖRDAG/SÖNDAG FUNGERAR MITSURO SEKINE SOM
TRÄNARE (SENSEI). ETT HET TIPS ÄR ATT VERKLIGEN KOMMA NER OCH KÖRA
FÖR DENNE HÖGT GRADERADE POLISKENDOINSTRUKTÖR FRÅN TOKYO.
FÖRUTOM TRÄNINGSLÄGRET FINNS MÖJLIGHETER FÖR DEN VILLIGE ATT GÅ
PÅ EN DOMARKURS.

TJA... , DET VAR VÄL ALLT FÖR DEN HÄR GÅNGEN:::

LEIF OCH JAG HAR VARIT I NORRKÖPING OCH VISAT KENDO
DÅ FICK VI GRATIS MAT AV TVÅ FANTASTISKA JAPANSKA
KOCKAR OCH SÅ TITTADE VI PÅ TRADITIONELL JAPANSK
DANS SAMT FICK HÖGVIS MED FIN KALLIGRAFI AV EN
VÄLDIGT DUKTIG JAPANSK DAM SOM FÖR ÖVRIGT TITTAT
LITE PÅ BÅDE KYODO (BÅGSKYTTE) OCH NAGINATA (STRIDS
LIE) SAMT SIST MEN INTE MINST FICK JAG PROVKÖRA
HONDABILAR. OCH SÅ VAR DET VISST NÅGON FEST.....