

LAGMEDLEMMAR!

GRATULERAR till er plats i truppen som åker till EM i Miskolc, Ungern 1996. Den svenska delegationen består av sju herrar, två damer, samt tillhörande coach, manager och lagledare. Vi har även årets riksinstruktör Ishibashi-sensei med oss till EM. Som alla år: respektera och stötta varandra i alla situationer!

Följande schema kommer att gälla inför och vid EM:

Samling i Stockholm Träning med FSKA 18:00	17 april
Resa till Miskolc	18 april
Lagtävling - damer	19 april
Lagtävling - herrar	20 april
Individuella tävlingar samt gradering	21 april
Hemresa Sthlm resp Malmö	22 april

Vi kommer att bo på Hotel Palota i Lillafüred, Miskolc och tävlingarna kommer att gå i Miskolc City Sport Hall.

Följande tider gäller för resorna:

Avresa från Sthlm 18 april	07:25
Avresa från Miskolc 22 april	07:25
Ank. Stockholm	19:40
Ank. Malmö	19:35

OBS! Max bagage är 20 kg + 5 kg handbagage.
Dvs. inkl. rustning och shinaier. Kontrollera vikten! Övervikt kommer att debiteras på flygplatsen med ca 100:-/kg!

FÖRBEREDELSE / ATT TÄNKA PÅ:

- ☞ Kontrollera att du har ett giltigt pass.
- ☞ Kolla upp vad som gäller för dig på di hemförsäkring när du reser utomlands. Det är upp till var och en att teckna reseförsäkring.
- ☞ Glöm inte växla pengar i tid - du kommer förmodligen inte få tid till det i Stockholm efter samlingen. Tänk på öppettider i påskveckan!!!
- ☞ Observera max bagage (se föregående sida).
- ☞ Finputs dina shinaier. Kontrollera vikten och att de är hela.
- ☞ Plocka med extra shinaidelar om du har, det kan hända att du (eller någon annan i laget) plötsligt behöver dem.
- ☞ Varma sockar, tejp för fötter, sax, huvudvärkstabletter, m.fl. prylar som du vet att du kommer att behöva - packa ned dem också.
- ☞ Hel och ren gi resp. hakama är ett krav.
- ☞ Sy fast Sverigemärket på gi direkt när du kommer hem. Detta är också ett krav.
- ☞ Kavajerna skall också vara hela och rena. De skall bäras vid resan och vid de officiella ceremonierna under EM. Till kavajerna skall herrarna bära mörkblåa byxor och förbundsslips till vit skjorta. Damerna skall bära mörkblå rak kjol och förbundsscarf till vit blus/skjorta. Skorna bör vara mörka, men inget absolut krav.
- ☞ Vi har fått nya overaller sponsrade av företaget OWELL. Var rädda om dessa dyrbara overaller, s.a. vi kan visa laganda på ett propert sätt.

Har du några frågor, så kontakta Miyuki (tel/fax 08-770 37 56).

VI SES IGEN I STOCKHOLM MED FULL ENERGI !!!