



Dento Dag



Nationale Trainingsstage Dento Mabuni Shito-ryu Karate-do

Zondag 10 november

Locatie: Zaal De Ceppele, Prunusstraat 69, 5061 AS Oisterwijk
Tijd: de Dento Dag begint om 09.30 uur en duurt tot 14.30 uur



Marc Willekens



John Verhoeven



Henk Luijsterburg



Mitchell van de Sande



Nassim Bouhouch



Tomoko Stalpers-Kato

Programma:

- warming-up: Marc Willekens en John Verhoeven
- lancering stichting Dento Mabuni Shito-ryu Nederland
- roulatieschema 4 trainingsblokken met de volgende thema's:
 - uke no gogenri (5 principes van verdedigen): Henk Luijsterburg
 - tenshin happo (8 richtingen van verplaatsen) met link naar kata: Mitchell van de Sande
 - tenpo gosoku (5 voetverplaatsingen) met link naar kumite: Nassim Bouhouch
 - basisles Japanse taal: Tomoko Stalpers-Kato

Toegang:

- voor alle leerlingen van aangesloten scholen (gratis), vooraf opgeven is niet nodig
- publiek is van harte welkom

Aangesloten scholen:



Tijdens de stage is de cafetaria geopend waar eten en drinken gekocht kunnen worden

Voor meer informatie: bel (06 - 18 28 57 78) of mail (peter@shitoryu.nl) met Peter Damen

