



Kumite Gata

training sessions

2024-2025

Lesgever : Paul Van Cleynenbreugel, 6^{de} Dan

open voor : zwarte banden en 1^{ste} Kyu (uitzonderingen te bespreken)

6 opeenvolgende lessen :

- * maandag 25 november 2024, Haacht, 20h - 22h
- * zondag 8 december 2024, Lubbeek, 10h - 12h (*aanpassing !*)
- * donderdag 19 december 2024, Bierbeek, 18h30 - 20h
- * maandag 20 januari 2025, Haacht, 20h - 22h
- * zaterdag 8 februari 2025, Lubbeek, 16h - 18h
- * donderdag 20 februari 2025, Bierbeek, 18h30 - 20h

De kumite gata's bestaan uit 3 reeksen van 12 oefeningen, waarbij elke reeks voornamelijk met een verschillende timing reageert op eenzelfde aanval.

Op de WIKF stage Vlaams-Brabant toont sensei Pol de 1^{ste} oefening (van de 12), met zijn 3 timing varianten. Tijdens de lessenreeks zullen andere varianten aan bod komen.

Het zal dus een opeenvolgende reeks trainingen zijn, waar elke les verder bouwt op de vorige. Daarom is het aangewezen zo veel mogelijk de volledige set te volgen.

Deelname prijs : 40€ (voor de volledige reeks, cash te betalen tijdens 1^{ste} les)

Deelname/sessie = 10€ (is mogelijk, maar wordt moeilijk om in te pikken, later in de reeks)

Inschrijving bij roger diels (roger.diels@gmail.com)