

# Iain Abernethy

SEMINAARI 10.–12.2.2023



Iain Abernethy on erikoistunut katan sovellutuksiin ja itsepuolustustekniikoihin.

Nyt sinulla on mahdollisuus oppia maailman huipun johdolla mm. Pinan (Heian), Naihanci (Tekki) ja Seisan (Hangetsu) katojen sovellutuksia.

**Varaa paikkasi seminaariin nyt.**

## Seminaarin aikataulu:

### Perjantai 10.2.2023

19.00–21.00 harjoitus 1

### Lauantai 11.2.2023

10.00–12.00 harjoitus 2

14.00–16.00 harjoitus 3

### Sunnuntai 12.2.2023

10.00–12.00 harjoitus 4

13.00–14.30 harjoitus 5



### Seminaarimaksu:

Tapanilan Erä Karate ry:n ohjaajat: 80 eur (yksi päivä 45 eur)  
Tapanilan Erä Karate ry:n jäsenet: 90 eur (yksi päivä 50 eur)  
Muiden seurojen jäsenet: 100 eur (yksi päivä 55 eur)

### Ilmoittautuminen:

Seminaarille on harjoittelupaikkoja rajoitetusti.  
Mikäli et pystykään osallistumaan, niin ilmoitathan tästä hyvissä ajoin.  
Ilmoittautuminen 2.2.2023 mennessä: <http://erankarate.fi>  
Ilmoittautuminen on sitova.

Lisäksi lauantaina on mahdollisuus sauna ja nauttia pientä iltapalaa Kuusijärven Metsätuvalla. Maksimiosallistujamäärä 10. Sauna ja iltapala eivät kuulu seminaarihintaan. Erillinen maksu 35 eur.

Majoitusvaihtoehto:  
Valohotelli valo.fi Käytä koodia: PROKARATE. Koodilla saatte -10% kaikista listahinnoistamme verkkosivujemme sekä varauspalvelun kautta.

### Paikka:

Tapanilan Erä Karate ry:n sali  
Jäkelätie 2, 00730 HELSINKI

### Lisätietoja:

erankarate@gmail.com erankarate.fi

**TATAMILLA TAVATAAN!**