

## Wado-Ryu Karate-Do



Ryubukan ry on edesmenneen sensei Takashi Ogatan vuonna 1976 perustama yhdistys, jossa harjoitellaan puhdasta ja alkuperäistä Wadō-Ryu Karate-Dō:ta.

## Wado-ryu karaten peruskurssi 27.1.2009

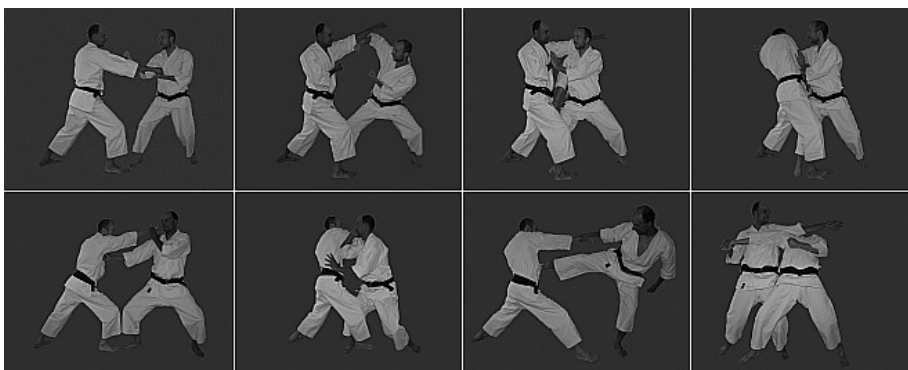
### Wado-Ryu Jujutsu Kempo

Ryubukan ry järjestää Wado-ryu karaten peruskurssin 27.1. - 5.3.2009. Peruskurssi on johdanto perinteiseen Wado-ryu karate harjoitukseen jonka avulla pääset tutustumaan lajiin. Kurssilla opitaan *dōjō* etiketti ja Wado-ryu karaten perusteita. Wado-ryu sopii hyvin miehille sekä naisille iästä ja kunnosta riippumatta.

- **Tiistaina 27.1.2009 kello 19:00** lyhyt näytös ja ensimmäiset harjoitukset.
- Harjoituspaikka Tiistilän koulun peilisali, Tiistilänkuja 4, 02070 Espoo.
- Harjoitusasuksi käy karate puku (*gi*) tai verryttelyasu.
- Ikäraja kurssille on 14 vuotta.
- Peruskurssin hinta on 35 €, joka sisältää 10 harjoituskertaa kahdesti viikossa (tiistaisin ja torstaisin klo 19-20).

Peruskurssin jälkeen alkaa jatkokurssi 6.3 - 9.4.2009. Jatkokurssille osallistumisen edellytyksenä on peruskurssin suoritus. Jatkokurssin hinta on 2 x 35 €, joka sisältää 22 harjoituskertaa kolmesti viikossa (tiistaisin, torstaisin ja perjantaisin).

Katso lisätietoja <http://ryubukan.fi/> tai soita 050-5587347 ja 050-5331300



## Wado-Ryu Karate-Do



Ryubukan ry on edesmenneen sensei Takashi Ogatan vuonna 1976 perustama yhdistys, jossa harjoitellaan puhdasta ja alkuperäistä Wadō-Ryu Karate-Dō:ta.

## Wado-ryu karaten kertauskurssi 27.1.2009

### Wado-Ryu Jujutsu Kempo

Haluatko aloittaa uudestaan vanhan harrastuksen? Ryubukan ry järjestää wado-ryu karaten kertauskurssin jonka avulla on helpompi aloittaa hyödyllinen harrastus uudestaan. Kurssin jälkeen voit osallistua normaaleihin ylempien vöiden harjoituksiin ja Suomen Wado-Ryu Karateliiton sekä Wado-Ryu Karate-Do Nature Finland:n järjestämille leireille. Kurssille osallistuvat myös kaikki nykyiset Ryubukanilaiset, eli kertaajat pääsevät heti harjoittelemaan yhdessä ylempien vöiden kanssa. Kurssi on avoin kaikille aikaisemmasta vyöarvosta riippumatta. Kurssilla käydään rauhallisesti mutta perusteellisesti läpi *kyu*-vyökoevaatimukset.

Kertauskurssilla käydään läpi seuraavat tekniikat:

- Perustekniikka (Kihon Waza)
- Perus katat (kihon kata, pinan shodan, -nidan, -sandan, -yodan, -godan)
- Pariharjoitukset (Ippon Kumite 1-10)
- *Dōjō* etiketti

Kertauskurssi alkaa tiistaina 27.1.2009 klo 19:00 lyhyt näytös (30 min) ja ensimmäiset harjoitukset klo 20:00 (peruskurssin jälkeen). Harjoitukset tiistaisin, torstaisin (Tiistilän koulu, peilisali) ja perjantaisin (Mankkaan koulu). Katso tarkemmat tiedot harjoitusajoista ja -paikoista Ryubukanin web-sivuilta kohdasta [harjoitukset](#). Kurssin kesto on 12 tuntia ajalla 27.1 - 27.2.2009. Kertauskurssin hinta on 35€.

Katso lisätietoja <http://ryubukan.fi/> tai soita 050-5587347 ja 050-5331300

