

新極真會
極真會

SHINKYOKUSHIN
SOMMERLEJR

2021

27. aug. - 30. aug.



Gå ikke glip af årets sommerlejr !

Efter at være lukket ned pga. corona inviterer Dansk Karate Union til årets bedste træningsarrangement – nemlig DKU Sommerlejr. Vi glæder os virkelig meget til at træne med jer alle sammen igen efter et hårdt år, og vi går efter at lave den bedste sommerlejr i årevis. Da der i år ikke er graduering på lejren, har vi mulighed for at bruge tiden til **teknisk** og **fysisk træning, kamp-** og **kata-træning, underholdning, svømmehal** og selvfølgelig alle overraskelserne.

Da vi ikke kender alle rejsereglerne for august måned, har vi endnu ikke en gæsteinstruktør på programmet, men vi håber at få en international instruktør med på lejren.

Husk at sommerlejren er mere end blot karate. Man har god tid til at lære hinanden at kende på tværs af klubberne og lære af andres erfaringer og oplevelser. Du vil møde og træne sammen med karateudøvere fra mange andre klubber, og der vil være sjove konkurrencer hver dag.

Tag med og lær positive sider af dig selv, du næppe troede eksisterede. Spørg evt. erfarne sommerlejr-deltagere fra din klub.

Instruktører på lejren:

Instruktører er bl.a. Shihan Jan Bülow 7. Dan, Shihan Jesper Trier 6. Dan, Shihan Mads Friis 5. Dan, Sensei Michael Eibye 4. Dan, Sensei Mathias Halberg 4. Dan, Sensei Erdinc Arslantas 4. Dan, Sensei Tim Marcher 4. Dan og Sally Breer Clausen 2. Dan.

Sommerlejr T-shirt:

Traditionen tro vil der også i år blive lavet en flot sommerlejr T-shirt. Der er påtrykt et sommerlejr logo, som er nyt for hver sommerlejr. T-shirten skal bestilles ved tilmelding til lejren. **Prisen bliver 160 kr.** Vi bestræber os meget på at levere kvalitetsvarer, så vi anbefaler, at du anskaffer dig denne T-shirt.

Sommerlejr kiosk m.m.:

På lejren er der en kiosk, hvor du kan købe drikke, slik, frugt etc. Imellem træningen kan du benytte tiden til bordtennis, svømmehal, billard, se TV eller nogle af de andre aktiviteter du kan finde på Vejen Idrætscenters hjemmeside.

Hvem deltager på lejren?

Alle Kyokushinkai skoler i Danmark deltager på lejren. Mange tidligere Danmarks mestre, og nogle af de nuværende, deltager også på sommerlejren. Det er selvfølgelig, fordi lejren giver optimale muligheder for at komme i endnu bedre form og at blive endnu bedre til Karate.

Hvem kan deltage?

Alle kan deltage uanset bæltegrad og køn. Spørg din instruktør, om han/hun mener lejren er noget for dig. Du skal være mindst **12 år**, og er du under 14 år, skal du have din instruktørs og dine forældres tilladelse til at deltage på sommerlejren. Derudover er der også en **seniorgruppe** for karateka'er, der gerne vil have mere fokus på den tekniske del af karate frem for den fysiske.

Man får lige meget udbytte af lejren, hvad enten man er begynder eller øvet. Programmet er tilrettelagt således, at **alle kan være med**. Meget af træningen deles ind i grupper (bæltegrader) med hver sin instruktør. Der vil også være et specielt kamphold, som samles mindst én gang om dagen. Så husk derfor benskiner mm.

Hvad skal man medbringe?

Deltagerne skal selv medbringe lagen samt dyne- og pudebetræk. De karateka'er, som sover i sovesalen, skal selv medbringe sovepose eller dyne. Desuden skal man medbringe 1-2 Giér, løbesko og badetøj. Udover toiletartikler vil det være godt at medbringe 2-3 håndklæder, benbeskyttere og generel beskyttelse, ekstra sokker, træningsdragt, 2-3 bluser og shorts.



Sted/tid:

Lejren bliver traditionen tro afholdt i Vejen Idrætscenter i Jylland ca. 20 km fra Lillebæltsbroen. Lejren starter **fredag den 27. august kl. 20.30** og slutter **mandag den 30. august kl. 15:30**. Hvis ikke du kan få fri fra arbejde mandag, vil det være muligt at slutte lejren søndag aften. Gør venligst opmærksom på det ved tilmelding.

Adressen er: Vejen Idrætscenter, Petersmindevej 1, 6600 Vejen. **Indkvarteringen** sker fredag den 27. august mellem 18:00 og 19:30. Første træning er kl. 20:30.

Transport:

DSB kører næsten lige til døren i Vejen. Ellers aftal kørsel med i din klub.

Tilmelding og pris:

Dansk Karate Unions sommerlejr er en tradition, som betyder meget for os alle. Derfor ønsker vi så mange som overhovedet muligt skal deltage i år efter de lange nedlukninger uden normal træning. Så priserne for årets sommerlejr er undtagelsesvist sat ned med omkring 40% hvilket betyder, at endnu flere forhåbentligvis vil deltage.

Prisen for sommerlejren er forskellig alt efter værelsestype. **Sovesal:** kr. 995,00, **Sportel:** kr. 1.295,00, **Hytte:** kr. 1.495,00. Prisen dækker morgenmad, frokost, aftensmad, overnatning og træning mm. Alt i alt en meget billig lejr sammenlignet med andre.

Tilmelding skal ske i din klub senest fredag den 13. august. Klubberne skal tilmeldes samlet senest mandag den 16. august, da vi skal oplyse Vejen Idrætscenter, hvor mange vi kommer. Ingen kan forlade lejren før tid, uden at have aftalt dette med en af nedenstående.

Der er kun plads til 80 deltagere på 5 persons stuer og et begrænset antal i hytter. Resten sover i judosalen på liggeunderlag. Så først til mølle princippet gælder ved tilmelding. Men hvis du ønsker at deltage i lejren til en speciel lav pris og vælger sovesal, kan du nøjes med at betale kr. 995,00 alt inklusiv. Vi står selvfølgelig inde for kvaliteten af alle faciliteter, så dette er et rigtigt godt tilbud!

Kontaktpersoner:

De fleste spørgsmål kan besvares i din klub, men ellers er det muligt at rette henvendelse til:

Jan Bülow
representative@kyokushin.dk

Jesper Trier
trier@dadlnet.dk