

Som føresatt til medlemmer i Stord Karateklubb.

Alle klubber er avhengig av hjelp frå føresatte, Vi er ca 70 medlemmer i Stord Karateklubb, så om alle gjer litt, blir det ikke så mykje på kvar :-)

Til sommarleiren som vi arranger på Stord er våre medlemmer sjølvskrevne som deltakarar. Vi treng god hjelp til å få dette store arrangementet til å bli vellykka. Sett av datoen allerede no **14-16. juni 2024**

Innmelding i klubben skjer via vår heimeside. Treningsavgift betales gjennom avtalegiro. Skjema skriv du ut etter innmelding, og leverer utfylt til ein av instruktørane.

Det er alltid fint om føresatte tar seg tid til å sjå på treningene ein gang imellom. Eller aller helst deltek saman med ungane. Me treng fleire vaksne medlemmar, og karate er ein velegna idrett der ungar og vaksne kan trene saman.

Om du tippar kan du støtte klubben gjennom å oppgje oss som mottakar av Grasrotandelen. Då vil 7% av beløpet du tippar for gå til klubben. Oppgje vårt organisasjonsnummer neste gong du leverer lotto eller tipping: 985 479 763. På førehånd takk!

Dojo –kùn (Dojo regler)

Unngå voldeleg oppførsel
Respekter andre
Dyrk ånden til utholdenhet
Vær trufast
Perfeksjoner din karakter

I tillegg til desse 5 grunnreglane skal me sjølvstilla på trening i reint tøy, og sidan treninga føregår barfot må me vera reine på føtene.

VELKOMMEN TIL



STORD KARATEKLUBB

www.stordkarateklubb.no

post@stordkarateklubb.no

VELKOMMEN TIL STORD KARATEKLUBB

Klubben vart grunnlagd i 1991, og er den største karateklubben i Sunnhordland. Vi er tilslutta Norwegian Karate Association (NKA), som er ein del av det verdensomspennande Japan Karate Association nettverk. Vi trenar på Tjødnalio skule. Treninga er lagt opp til at alle aldersgrupper skal finna seg til rette. Vi anbefalar at ungar helst ikkje starter før dei er 9–10 år. (Unntak kan gjerast om foreldre er med å trene)

Alle kan trene karate! Det er ein fin anledning for ein familie å gjera noko saman. Karate er ein fin måte å halde seg i form på. Det er òg ein god måte å læra seg sjølvforsvar. Hos oss kan du prøvetrena før du bestemmer deg for eit medlemskap.

Stord Karateklubb har eit godt sosialt miljø, der me utanom treningane arrangerer ulike samlinger, både for medlemmane og føresette til barn som trenar.

Stord Karateklubb har eit nært samarbeid med andre klubber på Vestlandet, som er tilknyttet NKA. Vi kan reise minst ein gang i året til Sandnes på treningsleir (Gasshuku). Vi deltek på konkuransar for både juniorar og vaksne, og har mange fine resultat å vise til.

Stord Karateklubb har instruktørar med lang erfaring innen både karate og andre kampsportar. Instruktørane våre har lisenser og utdanning frå både NKA og Norges idrettsforbund.

TRENINGSTIDER

MÅNDAG:

1. KYU – DAN 18.30–19.30

TYSDAG:

NYE – 8. KYU 18.00–19.00

7. KYU – 4. KYU 19.00–20.00

3. KYU – DAN 20.00–21.00

TORS DAG:

NYE – 8. KYU 18.00–19.00

7. KYU – 4. KYU 19.00–20.00

3. KYU – DAN 20.00–21.00

FREDAG:

**ALLE GRADER 19.00–20.00
(EIGENTRENING, ANNONSERES PÅ
FACEBOOK DEI AKTUELLE DAGENE)**

TRENINGSAVGIFTER

MEDLEMMER 12 ÅR OG YNGRE:

KONTIGENT, PR HALVÅR 1200,-

LISENS NKA/NKF, PR ÅR 365,-

MEDLEMMER 13 ÅR OG ELDRE:

KONTIGENT, PR HALVÅR 1530,-

LISENS NKA/NKF, PR ÅR 445,-

INSTRUKTØRER I STORD KARATEKLUBB:

Hovedinstruktør	Leif Arne Kjærland.	5. Dan
Instruktør	Svein Grutle	3. Dan
Instruktør	Henriette Alsaker	3. Dan
Instruktør	Kristoffer Mjøs Hansen	3. Dan
Instruktør	Frank Helland	1. Dan
Hjelpeinstruktør	Blanka Mazik	1. Dan

STYRET BESTÅR AV:

Leder:	Svein Grutle
Nestleder:	Trude Tranvåg Syltevik
Styremedlem:	Frank Helland
Kasserer:	Edvin Folgerø Helland

GENERELL INFORMASJON:

Du finn mykje info om karate på norwaykarateassociation.no, inkludert lenker til alle karateklubber som er tilslutta NKA.

Stord karateklubb har òg heimeside, den finn du på: www.stordkarateklubb.no

Kontaktpersonar i Stord karateklubb er: Svein Grutle (98299372) eller Leif Arne Kjærland (97013499). E-post: post@stordkarateklubb.no

**VELKOMMEN TIL EIN PRAT OM
KARATE, OG PRØVETRENING.**