

# Trainingskalender

## September – oktober 2023

### *Trainingen Kenshikan Sint-Amandsberg*

#### Locaties:

LAGO Gent Rozebroeken, Victor Braeckmanlaan 180, 9040 Sint-Amandsberg

Vrijdag: 18u00 – 19u45 normale training (voor jeugd en volwassenen)

20u00 – 21u00 extra training kata/kumite & zelftraining (vnl. voor volwassenen)

Sporthal Driebeek, Driebeekstraat 22, 9050 Gentbrugge

Zondag: 09u30 – 11u00 normale training (voor jeugd en volwassenen)

11u00 – 12u00 extra training (voor leden vanaf groene gordel)

#### Geen training op volgende data:

Dag	Datum	Mededeling

### *Trainingen Kenshikan Merelbeke*

#### Locatie:

Sporthal gemeenteschool Gilko, Kloosterstraat 19, 9820 Merelbeke

Maandag: 17u30 – 18u30 normale training (voor jeugd – 13 jaar)

18u30 – 20u00 normale training (voor jeugd + 13 jaar en volwassenen)

Woensdag: 18u00 – 19u30 normale training (voor jeugd – 13 jaar)

19u30 – 21u00 normale training (voor jeugd + 13 jaar en volwassenen)

21u00 – 21u30 extra training kata/kumite & zelftraining

#### Geen training op volgende data:

Dag	Datum	Mededeling

### *Belangrijke data*

Dag	Datum	Locatie	Mededeling
Vrijdag	29-09-2023		Info avond – reis naar Japan
Vrijdag	20-10-2023	LAGO	Normale training van 18u tot 19u15 wegens Provinciale training
Zaterdag	22-06-2024		Zomerstage (noteer alvast in jullie agenda) met overnachting voor +16j.
Zondag	23-06-2024		Zomerstage deel 2 voor +16 jaar

Op de achterkant staat het volledige overzicht van wedstrijdtrainingen, VKF-trainingen, stages en wedstrijden...

# Trainingskalender

## *Trainingen Kata en Kumite*

Er worden terug extra trainingen opgestart.

Aangezien er vaak meerdere zwarte gordels aanwezig zijn, kunnen we elke week een lesgever voorzien voor elk onderdeel (kata/kumite). Je kan dus elke week kiezen waarop je nog wat langer wenst te oefenen en is volledig vrijblijvend. Tijdens deze training kan er ook individueel geoefend worden op de andere disciplines en kan je hierover vragen stellen aan de aanwezige zwarte banden.

Deze extra trainingen gaan door op woensdag van 21u tot 21u30 bij Kenshikan Merelbeke en op vrijdag van 20u tot 21u bij Kenshikan Sint-Amandsberg.

## *Trainingen ingericht door Karate Vlaanderen en leerschool VKA*

Deze trainingen worden georganiseerd door de Vlaamse Karate Federatie.

Jedereen met een geldige VKF-vergunning mag volledig vrijblijvend en gratis deelnemen aan deze trainingen mits ze voldoen aan de vereisten zoals leeftijd en graad vermeld bij mededeling. Wens je meer informatie, dan kan je deze vragen aan de lesgever tijdens de clubtrainingen.

Dag	Datum	Locatie	Mededeling
Zaterdag	16-09-2023	Grimbergen	VKA training
Zaterdag	30-09-2023	Hove	Provinciale training
Zondag	08-10-2023	Oostkamp	Provinciale training
Zaterdag	14-10-2023	Stekene	Provinciale stage
Vrijdag	20-10-2023	LAGO	Provinciale training
Zaterdag	28-10-2023	Berlaar	VKA training
Zondag	12-11-2023	Oostkamp	Provinciale training
Zaterdag	25-11-2023	Heverlee	Provinciale training

## *Stages*

Dag	Datum	Locatie	Mededeling
Zaterdag	22-06-2024		Zomerstage (noteer alvast in jullie agenda) met overnachting voor +16j.
Zondag	23-06-2024		Zomerstage deel 2 voor +16 jaar

## *Wedstrijden*

Dag	Datum	Locatie	Mededeling
Zondag	08-10-2023	Hoeselt	Beker van Hoeselt
Zondag	12-11-2023	Geel	Belgisch Kampioenschap WKF
Zondag	03-12-2023	Leopoldsborg	De Beker van 't Kamp