

# INNBYDELSE TIL KLUBBSTEVNE

**JUJUTSU**

(duo og fighting)

**KARATE**

(kumite og kata)

**KICKBOXING**

(lett- og semikontakt)

**SHOWMIX**

(oppvisning)

## LØRDAG 13. JUNI 2009

**Sted:** Sentrum Kampsport sine lokaler  
ABB-bygget, Vestengveien 40, Sarpsborg

**Program:** kl. 0930-1000...Registrering og innveiing  
kl. 1000-1030...Lagledermøte / Dommermøte  
kl. 1030-1700...Konkurransen i alle grener

**Med forbehold om endringer av tidene.  
Dette avhenger av hvor stor påmeldingen blir.**



### Klasser og regler:

**Jujutsu:** Duo..... 1 serie med 4 fritt valgte teknikker. Aldersgrense 7 år.  
Fighting..... 1 runde på 2 min. Aldersgrense 12 år. Krav til godkjent utstyr.

**Karate:** Kata..... 1 selvvalgt kata. Aldersgrense 7 år.  
Kumite..... 1 runde på 2 min. Aldersgrense 12 år. Krav til godkjent utstyr.

**Kickboxing:** Semi..... 1 runde på 2 min. Aldersgrense 10 år. Krav til godkjent utstyr.  
Lett..... 1 runde på 2 min. Aldersgrense 12 år. Krav til godkjent utstyr.

**Showmix:** Egenvalgt kampsportoppvisning med lag på 2-4 utøvere.  
Varighet 1 - 2 min. Med eller uten musikk. Aldersgrense 7 år.  
**De beste oppvisningene blir valgt ut til å delta på kampsportgallaen i Folkets Hus 17.oktober!**

### VIKTIG !!

Reglene vil bli tilpasset etter antall påmeldte utøvere. Inndeling i klasser skjer etter alder, vekt og nivå.

Det er lov å melde seg på flere grener og klasser.

Deltakelse skjer på eget ansvar.

Alle barn under 12 år får medalje.

**Startkontingent:** kr 50,- pr utøver (inkl alle ønskede konkurransegrener)  
Betales kontant ved frammøte på stevnedagen (ta med nøyaktig beløp).

**Påmelding:** Påmelding skjer på egen liste i resepsjonen

**Påmeldingsfrist: Torsdag 11. juni !!**