

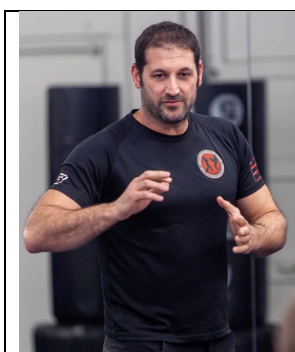
KRAV MAGA FINLAND 25 VUOTTA JUHLALEIRI, 31.7.-1.8.2021 HOTELLI NUUKSIO ESPOO

Krav Maga rantautui Suomeen 25 vuotta sitten ja juhlistamme tätä Juhlaleirillä heinäkuun lopussa 2021.

Leiri on avoin kaikille itsepuolustuksesta kiinnostuneille lajitaustasta tai aiemmasta kokemuksesta riippumatta.

Tässä siis myös mahtava tapa aloittaa uusi harrastus! Vasta-alkajille myös omat ryhmät!

Pääkouluttaja ja leirin sisältö



Leirin pääkouluttajaksi saapuu Israelista Ron Rotem, 5 . Dan . Ron on toiminut mm. Israelin Puolustusvoimien lähitaistelun pääkouluttajana sekä Israelin vankeinhoitolaitoksen itsepuolustuksen ja voimankäytön pääkouluttajana.

Leirin aiheena ovat krav magan perustekniikoiden soveltaminen erilaisissa tilanteissa ja tiloissa. Harjoitellaan niin ulkona, sisällä, kuin vedessä jne.

Ohjelma

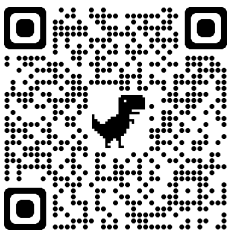
PERJANTAI 30.7.2021		
11.00–16.00 Vyökokeet siniset, ruskeat, mustat vyöt	Prime Fighters, Herttoniemi	Ilmoittautuminen ja tiedustelut info@suomenkravmagaliitto.fi tai whatsapp 0405053169
18.00–22.00 Juhlaleirin Etkot, illanvietto	Hotelli Nuuksio, Espoo	Ohjelmassa yhteinen illallinen, saunomista ja iltapalaa.



LAUANTAI 31.7.2021		
09.00–09.45 Ilmoittautuminen	Hotelli Nuuksio	Osoite: Naruportintie 68, 02680 Espoo
10.00–12.00 Harjoitus 1	Hotelli Nuuksio	
12.00–14.00 Lounastauko	Hotelli Nuuksio	Varaa Lounas itse suoraan Hotelli Nuuksiosta: myynti@hotellinuuksio.fi
14.00–17.00 Harjoitus 2	Hotelli Nuuksio	
17.00–19.00 Saunat ja sauna-ateriat	Hotelli Nuuksio	Sauna-ateriat kuuluvat leiripäivän hintaan, juomat omakustannus.
19.30 -> KRAV MAGA 25v illallinen ja ohjelmaa	Hotelli Nuuksio	Illallisesta tulossa erikseen tietoa ruokailusta ja kustannuksista.
Sunnuntai 1.8.2021		
09.30–10.15 Ilmoittautuminen	Hotelli Nuuksio	
10.30–12.30 Harjoitus 1	Hotelli Nuuksio	
12.30–14.00 Lounas	Hotelli Nuuksio	Varaa lounas suoraan Hotelli Nuuksiosta: myynti@hotellinuuksio.fi
14.00–16.00 Harjoitus 2	Hotelli Nuuksio	

Tarvittavat varusteet

- Tavoite on tehdä myös vesistöharjoitus järvi/uima-allas olosuhteissa, joten varaudu tähän.
Muuten mennään perusvarustein, eli sään mukaan.
- Tarvitset ulkokengät, sisäkenkiä et tarvitse.



KRAV MAGA SUOMESSA 25 VUOTTA

Majoitus

Hotelli Nuuksiosta voi varata myös majoituksen.

Majoitus varataan suoraan Hotelli Nuuksiosta

myynti@hotellinuukio.fi

1. Hotellimajoitus:

- 90 €/yhden hengen huone/yö
- 116 €/kahden hengen huone/yö
- 40 €/hlö/lisävuoteessa/yö

2. Krav Maga majoitus - Sininen talo 42€/petipaikka/ yö

Hintaan sisältyy petipaikka yhteismajoituksessa, petivaatteet ja pyyhkeet, aamiainen hotellin päärakennuksessa

- Alakerrassa 5 huonetta, 20 petipaikkaa
- Yläkerrassa 3 huonetta, 11 petipaikkaa
- Osaan huoneista käynti toisen huoneen kautta.
- Myös kerrossänkyjä
- Yhteiset wc:t ja suihkut
- Liinavaatteet talossa mutta peti sijataan itse ja lähtöpäivänä petivaatteet laitetaan niille varattuun paikkaan
- Ei ruoanlaittomahdollisuutta
- Ateriat nautitaan hotellin päärakennuksessa
- Oma rauha
- Upealla paikalla, järvinäkymä yhteisestä oleskelutilasta
- Hintaan sisältyy aamusauna

Ruokailut

Lounas la ja su varataan suoraan hotelli Nuuksion myyntipalvelusta

myynti@hotellinuukio.fi

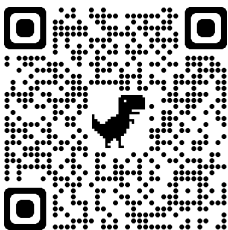
Runsas ja monipuolinen lounas hotellin päärakennuksen Nuuksion Tuvassa, tarjolla klo 11.30-13.00

sis. alkupalapöytä, lämmin ruoka ja kasvisruoka lisukkeineen, kahvi, tee ja jälkiruoka

Hinta: 20€/hlö

Leiripaita

Voit varata leirivarausten yhteydessä myös leiripaidan.



KRAV MAGA SUOMESSA 25 VUOTTA