

# Yamamichin syysseminaari

## Lauantaina 9.11.2024



Tervetuloa Yamamichin salin yhteiseen syysseminaariin, jonka teemana on **etäisyys**.

Etäisyyden hallinta on olennainen osa mitä tahansa kamppailutaitoa. Eri kamppailulajeilla on niille ominaiset etäisyydet, joissa on erilaisia vahvuuksia ja heikkouksia. Päivän aikana tutustumme etäisyyksiin neljän eri lajin näkökulmasta: lähdemme liikkeelle pitkästä etäisyydestä siirtyen lyhyemmille etäisyyksille ja päätyen maahan saakka.

Seminaari sopii hyvin kaikille yli 13-vuotiaille harrastajille aloittelijoista edistyneisiin.

**Ohjaajat:** Jari Suutari (escrima)  
Timo Oehlandt (karate)  
Mika Harju-Seppänen (silat)  
Alex Barkoff (lukkopaini)

**Harjoituspaikka:** Yamamichi - Voimakatu 5, 20520 Turku

**Harjoitusajat:** 10:00 – 11:15 escrima  
11:30 – 12:30 karate  
  
12:30 – 13:30 lounastauko  
  
13:30 – 14:30 silat  
14:45 – 15:45 lukkopaini

**Hinta:** Yamamichin salilla treenaavat: 40 €  
Muut: 50 €

Korttimaksu, ePassi, Smartum, Edenred ja sähköpostilasku.

**Ilmoittautuminen:** Paikan päällä kello 9:30 alkaen.

**Tiedustelut:** [info@yamamichi.fi](mailto:info@yamamichi.fi)