



Marathontraining 8 april 2017

10 vragen... & antwoorden



Wat is nu juist de bedoeling?

Op een leuke en sportieve manier zoveel mogelijk geld verzamelen om het goede doel te steunen. De volwassenen gaan de uitdaging aan om een ganse nacht te trainen. De jeugd traint een ganse middag.

Welke sporten gaan we beoefenen?

Uiteraard onze 'eigen' sporten: judo, ju-jitsu en escrima. Maar de volwassenen krijgen ook nog: Martial Arts Conditioning System (MACS), karate, ju-jitsu fighting-system, tai chi, wing tsun

Wie mag er meedoen?

IEDEREEN!! Ja, je leest het goed: iedereen mag meedoen! Leden van de club trainen hun eigen sport, maar trainen ook mee met de andere groepen. Maar ook broers, zussen, neven, nichten, ouders, vrienden en vriendinnen zijn welkom om eens te komen proeven van één of meerdere sporten! En uiteraard rekenen wij ook op onze oud-leden om de spiertjes nog eens los te gooien!!

En wat als ik niet zo vroeg kan komen of wat als ik moe word?

Je mag komen wanneer je wilt, maar starten met een training kan enkel in het begin van een les. Ben je moe, of even geen goesting: ga dan even rusten tot je terug genoeg energie hebt. Geen probleem!

Hoeveel geld hebben we nodig?

Zoveel mogelijk ☺! Alle lesgevers geven GRATIS les, maar we willen hen toch een klein geschenkje geven. Alle deelnemers krijgen een T-shirt. Tijdens de pauzes geven we drank en fruit. De jeugd krijgt na afloop een pannenkoek. De volwassenen krijgen 's morgens een ontbijt. Om al die zaken te kunnen betalen zoeken we dus sponsors. Heb je zelf een zaak en kan je ons helpen met 'producten', laat het dan even weten. Anders kan je ons altijd helpen met een bijdrage als sponsor.

Wat moeten we betalen?

Als deelnemer betaal je een bijdrage: jeugd €5, €10 of €15 (1, 2 of 3 trainingen), volwassenen €20, ongeacht hoeveel trainingen je zal volgen. Maar je mag uit vrije wil altijd meer geven ☺.

Als sponsor: als je zelf niet kan deelnemen en je toch onze actie wenst te ondersteunen, kan je een (vrij) bedrag storten met de melding 'sponsor' (wel minimaal €6 euro of een veelvoud ervan).

Waar gaat het door?

In de dojo (oefenzaal) van Satori Kwai Mortsel – Amedeus Stockmanslei 121 te Mortsel. De auto moet je in de omliggende straten parkeren. Met de fiets rijd je (bijna) tot aan de deur.

Om hoe laat begint het?

Zaterdag 8 april 2017. De jeugd vanaf 14u tot 17u - De volwassenen vanaf 20u (zat) tot 8u (zon)

Hoe kan ik mij inschrijven?

Stuur een mailtje naar marathon@satori-kwai.be met: je naam & voornaam, leeftijd, club, afdeling, of vermelding "sponsor" en stort het bedrag op: **GKCCBEBB BE84 7895 8475 8959**

Welke kledij moet ik voorzien?

Je gi (kimono) of (sport-)broek + T-shirt, + sloefjes voor naast de mat + handdoek (er zijn douches).

PARKINSON & KILIMANJARO