



PROGRAMACIÓN - HORARIOS  
SUMMER CAMP IKO CATALUNYA – FKOK  
2023



### **Viernes 16 (Vendredi)**

17:30 - Reparto de habitaciones (installation).

19:00 - Presentación del curso e instructores y primera sesión de entrenamiento (premier cours).

21:00 – Cena (dîner).

23:00 - Sesión entrenamiento nocturno (cours de nuit).

Entreno infantil: Piratas del Kyokushin en busca del tesoro (cours spécifique 'enfants'- les pirates à la recherche du trésor).

### **Sábado 17 (Samedi)**

07:00 - Entrenamiento en la Playa (entraînement sur la plage)

09:00 - Desayuno (petit-déjeuner)

10:30 - Sesión de Entrenamiento:

- Preparación de exámenes a partir de 4Kyu (préparation aux passages de grades à partir de 4e Kyu)
- KATAS
- KOBUDO

13:00 - Comida (déjeuner)

16:00 - Examen Cinturones Negros (passage de Dan)

21:00 – Cena (dîner)

22:00 – Sayonara party

### **Domingo 18 (Dimanche)**

08:00 - Desayuno (petit-déjeuner)

09:00 - Entreno competición (cours compétition)

Entrega de Certificados (remise des diplômes)

Los horarios están marcados por la organización, en función del programa establecido para este summer camp. De tal modo, los horarios pueden sufrir modificaciones si la organización lo considera oportuno, en beneficio del buen funcionamiento del summer camp.

OSU!

Shihan Javier Lozano  
Dirección IKO Catalunya  
Branch chief FKOK  
Summer Camp 2023