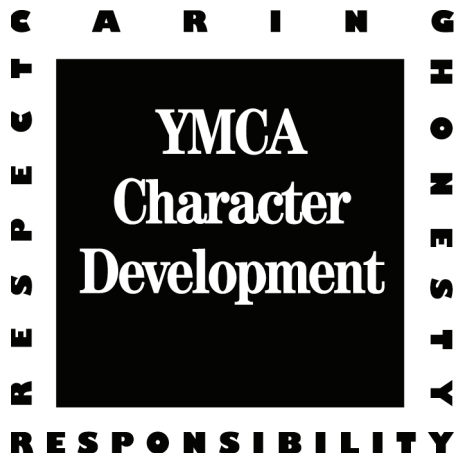


Y KARATE™

YMCA de la Comunidad de Salinas · 117 Clay Street, Salinas, CA 93901 · 831-758-3811-

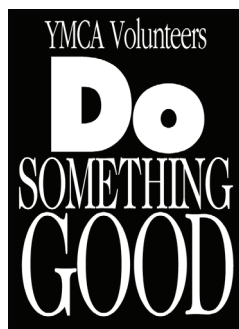
Karate Shotokan, estilo japonés, es un arte científico y dinámico que ha sido desarrollado y perfeccionado a través de muchas décadas. El participante aprende aspectos del desarrollo físico, mental, espiritual y emocional. El mayor propósito de nuestro entrenamiento no es el desarrollar campeones de torneos, sino el de desarrollar individuos de carácter.



Misión de la YMCA:

Poner en practica los principios
Cristianos por medio de programas
que desarrollan un espíritu, mente y
cuerpo saludable para todos.

SE NECESITAN VOLUNTARIOS



Favor de marcar
uno o más con los
que usted pueda
ayudar:

- Entrenador
- Asistente de Entrenador
- Arbitro
- Padre de Equipo
- Patrocinador

BELONG.
BE STRONG.

Edades:

8 años en adelante

Cuando:

Año Redondo - Participantes
nuevos deberán observar una
clase y luego hablar con el
instructor.

Horario:

lunes - miércoles - viernes
7:30 - 8:30 PM Principiantes
8:30 - 9:30 PM Intermedio/Avanzado

Donde:

Sala de Entrenamiento en Grupo de
la YMCA

Cuotas - Mensualmente

Sin Costo · Membrecía Familiar
Sin Costo · Membrecía Juvenil
\$40 · Membrecía de Programa

Información de Matriculación

Metas del Programa:

- Mejorar sus aptitudes en Karate
- Fortalecer los conceptos de trabajo en equipo
- Desarrollar actitudes positivas acerca del jugar limpio.
- ¡LO MAS IMPORTANTE, DIVERTIRSE!



COSTOS, PROCEDIMIENTOS Y EXPECTATIVAS GENERALES PARA LA CLASE

Información General:

F.S.K.A son las siglas de la Asociación de Karate Funakoshi Shotokan.

Nuestro dojo (academia de artes marciales) en la **YMCA** es uno de los varios dojos mundiales afiliados de el dojo principal F.S.K.A de Milpitas. Por lo tanto, varias de las actividades, cuotas e información serán por medio de Milpitas.

Observe algunas clases, tal vez quiera hablar con el instructor antes de matricularse.

Espere un mes antes de comprar cualquier articulo para asegurarse de que usted y/o su niño/a van a continuar con el programa.

Costos Adicionales:

Almohadillas para Nudillos y Parche: \$12.00 cada uno

Gi (pantalón, camisa y cinturón blanco): \$50.00

Exámenes (cada dos meses): \$50.00 para Principiantes e Intermedios/ \$75 para Avanzados

Tarjeta de Membrecía al F.S.K.A. (una vez al año): \$10

Torneos (habrán dos o tres opcionales al año): \$35.00 por evento

Las almohadillas de los nudillos, el karategi y el parche serán los primeros artículos que deberán ser comprados. La tarjeta de membrecía al F.S.K.A es para exámenes, torneos, seminarios, entrenamientos en Milpitas, etc. Habrán funciones adicionales, tal como *picnics*, seminarios o banquetes que resultaran a través del año (para los dojos de Salinas y Milpitas); estos requieren cuotas separadas.

Procedimientos y Expectativas:

- Colocar sus zapatos, calcetines, joyería, etc. Contra la pared izquierda, al fondo.
- Hacer una reverencia antes de entrar y al salir del dojo, antes y después de trabajar con un compañero, al igual que antes y después de clase.
- La reverencia estando parado o hincado es una línea derecha por rango (comenzando con la orilla izquierda).
- Los visitantes podrán sentarse en las sillas que se encuentran al pie de las ventanas.
- Asistir a las tres clases regularmente.
- Lea el pizarrón y/o reciba folletos en clase para obtener información actualizada. Asegúrese de que esta información llegue a casa.
- Todos los cinturones negros son llamados Sempai. El instructor es llamado Sensei.
- Marque la lista de asistencia cada vez que usted asista a una clase. Escriba su nombre y apellido en letra de molde en la lista de asistencia, si es que usted es nuevo a la clase.
- Llegue a tiempo, o temprano. Si llega tarde, haga ejercicios de calentamiento usted solo/a, después espere al lado con su mano alzada, hasta que se le permita reunirse con la clase, haciendo la reverencia.
- No se permite fumar alrededor del dojo o en las instalaciones de la YMCA.
- Continuar tratando de aprender los términos Japoneses y el protocolo apropiado, al ser presentados a la clase.
- Mientras va usted subiendo en rango, el asistir a funciones, el asistir a clase regularmente, el ir progresando en técnica, el ir desarrollando carácter y entrenando duro tendrá mas peso al determinar su rango.