

YKARATE™

AN AFFILIATE OF THE FUNAKOSHI SHOTOKAN KARATE ASSOCIATION (FSKA)



For more
information
about FSKA,
go to
www.fska.com

Program Description: Japanese style Shotokan Karate is a scientific and dynamic art which has been developed and perfected over many years. The participants will be exposed to traditional martial arts and emotional growth. The ultimate aim of our training is not to build tournament champions but rather develop individuals of strong character. The program embraces traditional Japanese/Okinawan Shotokan Karate with the YMCA's mission of healthy spirit, mind and body.

Ages: 8 years old through Adult

Class Times: Mondays, Wednesdays and Fridays
Beginners (white belt – blue belt): 7:00 – 8:00pm
Intermediate/Advanced (green belt and up): 8:00 – 9:00pm

Instructor: Sensei Leo Arimas, Yondan
(Fourth Degree Black Belt)

Monthly Fee: *FREE* with YMCA Family Membership
\$30/YMCA Member \$40/Non-Member

General Information: Visitors are welcome to observe – space is limited. You may want to talk to the instructor before signing up. All participants must register at the Member Service Desk by the 1st of each month in order to participate.

Additional Costs: Please be aware that uniforms, belts, protective gear, and exam and tournament fees are not included in the price of the program. You may speak to Sensei Leo Arimas if you have more questions regarding these additional costs.

Procedures and Expectations: Place shoes, socks and jewelry only in the designated area. Attend all classes regularly. Come on time or early. If you are late, warm-up on your own, then wait on the side with your hand up to be bowed in and allowed to join the class. Continue to learn the Japanese terms and etiquette as they are presented in class. Be patient while training, it is not how much you know, but how well you perform with what you do know.

**Y BELONG
BE STRONG**

South County YMCA
560 Walker Drive, Soledad, CA 93960
(831) 678-1239



www.centralcoastymca.org
Financial Assistance is available for all programs.

YKARATE™

UNA AFILACION DE KARATE FUNOKASHI SHOTOKAN ASOCIACION (FSKA))



Para mas
información
de FSKA, vaya a
www.fska.com

Descripción De Programa: Karate Japonés estilo Shotokan es un arte científico y dinámico cual sea desarrollado y perfeccionado por muchos años. El participante se expondrá al arte tradicional y un desarrollo emocional. La ultimada puntería de nuestro entrenamiento no es para construir torneos de campeonatos es mejor desarrollar individuos con carácter fuerte. El programa abraza el Karate tradicional Shotokan japonés/ Okinawa con la misión del espíritu saludable, mente y cuerpo del YMCA's.

Edades: 8 años a adulto

Horas de Clases: Lunes, Miércoles y Viernes

Principiantes (cinto blanco – cinto azul) 7:00 - 8:00pm

Intermedio/Avanzado (cinto verde y mayor): 8:00 - 9:00pm

Maestros: Sensei Leo Arimas, Yondan
(Cinto negro de cuarto nivel)

Costos: **GRATIS** con membresía familiar
\$30/YMCA miembros \$40/No-Miembros

Información General: Visitantes son bienvenidos a observar – espacio es limitado. Puede hablar con el instructor antes de registrarse. Participantes deben registrarse cada 1ro del cada mes para participar.

Costos adicionales: Favor de tener en cuenta que los uniformes, cintos, equipo protectivo, exámenes y torneos no son incluidos con el costo del programa. Puede hablar con Sensei Leo Arimas si tiene mas preguntas acerca estos costos adicionales.

Procedimiento y Expectativa:

1. Poner zapatos, calcetas y joyas solamente en las áreas designadas.
2. Atender las clases regularmente.
3. Venga temprano. Si esta tarde, calientes a usted, después espere y salude con su mano a si arriba y inclínese par ser permitido a participar n la clase.
4. Continué aprendiendo los términos y etiqueta tal como son presentados en la clase.
5. Sea paciente mientras entrenando, no es para ver cuanto sabe, pero como llevar al cabo lo que hace.

**Y SE PARTE
SE FUERTE**

YMCA del Condado del Sur
560 Walker Drive, Soledad, CA 93960
(831) 678-1239



www.centralcoastymca.org
Financial Assistance is available for all programs.