

Prima jumatate a lunii Decembrie a fost dedicata pregatirii Examenului de Grad pentru incepatori, examen care a avut loc in data de 14 Decembrie.

Examenul s-a centrat pe probele de Kihon Kumite, Jyu Ippon Kumite, Jyu Kumite si forta. Acestea au fost probe eliminatorii si pentru cativa studenti din grupa intermediara, care vor sustine celelalte probe la examinarea programata pentru sfarsitul lunii Ianuarie 2012. Incepatorii au mai sustinut si probe de Kata, Control si Kime.

Dupa data examenului, antrenamentele s-au axat pe imbunatatirea tehnicilor de lupta cu piciorul, precum si pe tehnica si strategia de Autoaparare impotri-

va unuia sau mai multor agresori.

Inainte de sarbatori, la ultima intalnire inainte de vacanta, am mers impreuna la film, unde am petrecut un timp de calitate si buna dispozitie. Pentru a ramane o echipa unita, e nevoie sa avem din cand in cand astfel de sesiuni de "teambuilding".

La final de an, va urez ca si anul care vine sa fie unul cu multe realizari, cu multe bucurii iar din punct de vedere al Artelor Martiale, sa fie un an plin de noi cunostinte dobandite si experiente acumulate.

Sensei Adrian Boldis

*Clubul Enryo
va ureaza
Sarbatori fericite!*

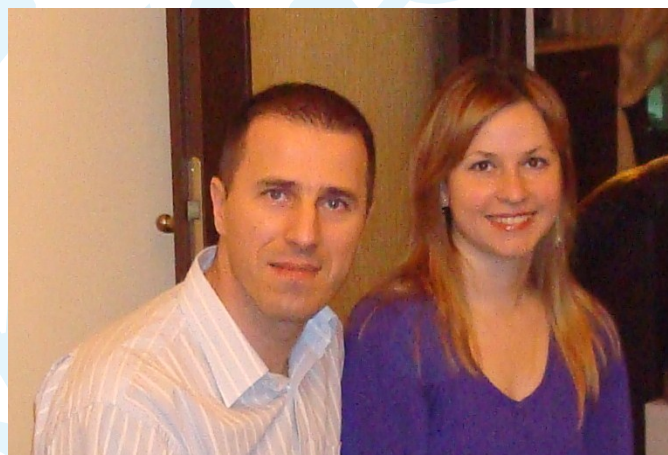


Membrii Echipei Enryo care au contribuit cel mai frecvent cu articole, la realizarea Newsletterului, in acest an.

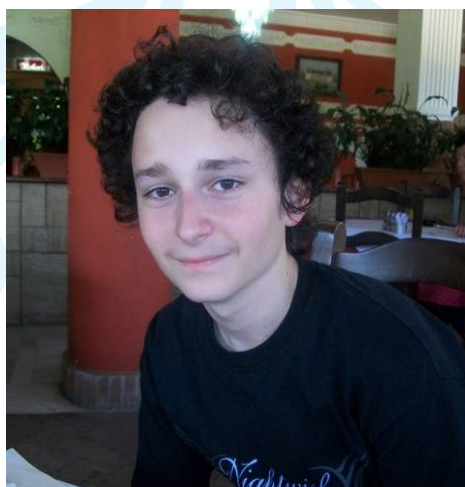


Andreea Nedelescu

Adrian & Ioana Boldis



Calin Graur



Irina Tudorache



Carmen Cristea

LA MULTI ANI!

Sarbatoritilor
Lunii Decembrie

Sebastian Resteman

Irina Tudorache

Ionut Lazar

