

SENIORI- TAEKWONDO



YRITYSJÄSENIILLE 100 € / KAUSI

➤ VIIKOITTAISET TREENIT

Yrityksen ilmoittamat työntekijät voivat osallistua viikoittaisiin senioriharjoituksiin sekä seuran järjestämiin teemaharjoituksiin ja -leireihin ilman erillistä maksua.

➤ KEHON HALLINTAA

Laji kehittää monipuolisesti tasapainoa, kehonhallintaa, reaktiokykyä ja lihasvoimaa.

➤ SUOMEN TAEKWONDOLIITTO TUKENA

Suomen Taekwondoliiton liikuntamalli Seniori Flow 60+ tukee Iisalmen Taekwondon senioritoimintaa tarjoamalla harjoitusohjelmia, ohjaajakoulutuksia sekä ajankohtaisia ohjeistuksia turvalliseen lajitoimintaan.



SUOMEN TAEKWONDOLIITTO RY
THE FINNISH TAEKWONDO FEDERATION



**Yritysjäsenyyteen sisältyy 5 työntekijän
kausiharjoitukset. Harjoitukset suunnattu
yli 55-vuotiaille.**

OTA YHTEYTTÄ

MINTTU.KOSKINEN@TUTA.COM
040 416 3929

SENIORIHARJOITUKSET, SYKSY 2026

TI klo 9-10

TO klo 17-18

Antinkatu 10, 74120 Iisalmi

www.iisalmentaekwondo.com