



HELSINGIN TAEKWONDOSEURA

MESTARI MIN HAK SEON MINILEIRI 4.11.2017

Tervetuloa Helsingin Taekwondoseuran minileirille 4.11.2017. Leirin ohjaajana on Kukkiwonin mestari Min Hak Seo, 8 dan, joka on toiminut valmentajan mm. Venäjällä ja Saudi-Arabiassa sekä Flying Tigers –näytösjoukkueen valmentajana. Min on myös suorittanut master in bodyguard –tutkinnon Young In –yliopistossa vuonna 2005.

Leirin ohjelma on kaksiosainen siten, että aamupäivällä on harjoitukset lapsille ja iltapäivällä yli 14 vuotiaalle.

Ohjelma

10.00 – 10.50	Lasten Fun Taekwondo, Fun Taekwondo, Children
11.00 – 11.50	Lasten erikoispotkut / Special kicks, children & adults
12.30 – 13.15	Poomsae –tekniikka yli 14v / Technical training, adults
13.30 – 14.30	Erikoispotkut yli 14 v. / Special kicks, adults
14.45 – 16.00	Itsepuolustus, yli 14v / Self defence, age min.14

Harjoitukset pidetään Itäkeskuksen dojangilla, Asiakkaankatu 3. Harjoitusten hinta on 12,50 euroa/harjoitus tai 20 euroa/kaksi harjoitusta ja 29 euroa/kolme harjoitusta.



Ilmoittaudu leirille Helsingin Taekwondoseuran verkossa.

HTKD laskuttaa leirimaksun sähköpostilla ilmoittautumisjärjestyksessä. Ilmoittautuminen on hyväksytty, kun lasku on maksettu. Mahdollisissa peruutustapauksissa maksuja ei palauteta. Ilmoittaudu nopeasti, paikkoja leirille on rajoitetusti.

Lisätiedot henkka@htkd.fi, 050 531 9171

Ohjelmamuutokset mahdollisia.

Welcome to the miniseminar of the Helsinki Taekwondo Club on 4.11.2017.

We are proud to present you the instructor of the seminar Master Min Hak Seo, 8 dan. Master Min is a professional taekwondo instructor and has coached teams e.g. in Russia and Saudi-Arabia. He's also the coach for the Flying Tigers performance team. Master Min is graduated from Young In University mastering in bodyguarding.

The seminar will take place in Itäkeskus dojang, Asiakkaankatu 3.

Price for one training is 12.50 Eur, 20 Eur for two classes and 29 Eur for three classes. To attend the seminar, fill in the formula in the Club's web site.

The seminar fee will be invoiced. The application is accepted after the invoice has been paid. The attendance fee will not be reimbursed in case you cancel the participation. Be fast to attend, the amount of the places is restricted.

Info: henkka@htkd.fi, 050 531 9171

Program changes are possible.

