



EMA SPORTIN TAEKWONDOLEIRI

EMA Sportin leirille ovat tervetulleita Taekwondon harrastajat. Leirillä keskitytään potkutekniikkaan, liikesarjoihin ja mattotekniikoihin.

Aika: 11.11.2017 klo: 10.00 – 16.00.

Paikka: EMA Sport (Voimakatu 10, 15170 Lahti)

Ohjaajat: Hannu Tikka Taekwondo 4 Dan,

Aki Tiihonen Taekwondo 4 Dan

Edla Niemi Thainyrkkeilyn EM 2012 ja 2013, sekä MM 3 2012 ja 2014.

Hinta: 40 €

| Leirin aikataulu | Juniorit 6-12 -vuotiaat | Aikuiset +13-vuotiaat |
|------------------|-------------------------------|-----------------------|
| 10.00-11.30 | Liikesarjat | Potkutekniikkaa |
| 11.30-13.00 | Lounastauko omat eväät mukaan | |
| 13.00-14.30 | Potkutekniikkaa | Mattotekniikkaa |
| 14.30-15.00 | Tauko | |
| 15.00-16.00 | Mattotekniikkaa | Liikesarjat |

Lisätiedot ja ilmoittautuminen: Sitovat ilmoittautumiset 4.11.2017 mennessä.

<http://www.emasport.fi/fi/2017/09/23/avoin-taekwondoleiri-11-11-2017/>

Lisätietoa aki.tiihonen@emasport.fi tai puh: 045 848 3224