

MESTARI MIN HAK SEON MINILEIRI 8.2.2020



Tervetuloa Wondon minileirille 8.2.2020 Itiksen salille. Leirin ohjaajana on Kukkiwonin mestari Min Hak Seo, 8. Dan, joka on toiminut valmentajana 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 aamupäivän harjoitukset ovat lapsille ja iltapäivän harjoitukset yli 14-vuotiaille.

Ohjelma:

10.30 – 11.30 **Lasten Fun Taekwondo / Children**

11.30 – 12.30 **Lasten erikoispotkut / Special kicks – Children**

13.30 – 14.30 **Poomsae –tekniikka / Technical training - Adults**

14.30 – 15.30 **Erikoispotkut / Special kicks - Adults**

15.30 – 16.30 **Itsepuolustus / Self defence - Adults**



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 linkin kautta.

Wondo laskuttaa leirimaksun sähköpostilla ilmoittautumisjärjestyksessä. Ilmoittautuminen on hyväksytty, kun lasku on maksettu. Mahdollisissa peruutustapauksissa maksuja ei palauteta. Ilmoittaudu nopeasti, paikkoja leirille on rajoitetusti. Lisätiedot kivini@icloud.com, 0409103017. Ohjelmamuutokset mahdollisia.