

VALMENNUSKESKUS 1

Liikesarjat

Suomen Taekwondoliiton Valmennuskeskus 1 siirtyi Helsingin Taekwondo-seuran salilta Taekwondourheilijat 20011:n salille. Sekä ottelun että liikesarjojen valmennus uudistuu. Valmennuskeskuksen seurantajärjestelmä on uusittu, otteluharjoitusjärjestelyjä kehitetty sekä liikesarjoihin on nimetty uusi vastuupalmentaja.

Ottelu

Ottelutoiminnan osalta suurin uudistus on C-, D-, ja E-junioreiden treeniaikojen koordinointi sekä oma hinnoittelu. A- ja B-juniorit jatkavat harjoittelua huippuryhmän mukana kuten ennenkin. Suurempi sali mahdollistaa nuorempien harjoitussäällön eriyttämisen torstain ja perjantain harjoituksissa. Koska harjoituksia on vain kaksi, hintakin on halvempi

Liikesarjat

Valmennuskeskuksen vastuupalmentajaksi liikesarjojen osalta on nimitetty Petteri Kauppinen, joka on lajin moninkertainen suomenmestari ja maajoukkue-edustaja. Valmennuskeskuksen liikesarjaharjoitusten valmennusohjelma on rakennettu neljän osa-alueen ympärille. Osa-alueita ovat seisonnat, käsitekniikat, potkutekniikat ja liikesarjat. Kaikki liikesarjakilpailusta innostuneet harrastajat ovat tervetulleita liikesarjaharjoituksiin.

Harjoitusaikataulu

Ma 19.00-20.30 Ottelu
Ti 17.00-18.30 Ottelu
Ti 19.30-21.00 Liikesarjat
Ke 19.00-20.30 Ottelu
To 18.00-19.30 Ottelu, myös C-, D- ja E-junnut
To 19.30-21.00 Liikesarjat
Pe 19.00-20.30 Ottelu , myös C-, D- ja E-junnut

Hinnat

Syksy / ottelu, 200€ / hlö / kausi
Kevät / ottelu, 300€ / hlö / kausi
Syksy / poomse, 140€ / hlö / kausi
Kevät / poomse, 170€ / hlö / kausi
Syksy / junnut, 140€ / hlö / kausi
Kevät / junnut, 170€ / hlö / kausi
Kertamaksu 10€ / hlö / kerta

Ota yhteyttä otteluun liittyen [sampo.pajulampi \(a\) sek.fi](mailto:sampo.pajulampi(a)sek.fi) ja liikesarjoihin liittyen [jpkauppi \(a\) gmail.com](mailto:jpkauppi(a)gmail.com).

Ottelu