

POOMSAE-LEIRI

Koreassa kesän treenannut Olli Siltanen, 3. Dan, tulee syyskuussa Nurmijärvelle jakamaan oppejaan Frans Salmen, 3. Dan, kanssa! Kummatkin ovat todella kokeneita liikesarjamaajoukkueen jäseniä. Olet sitten Kuopion osakilpailuun valmistautuva urheilija, yökokeeseen kertaava harrastelija tai muuten vain kiinnostunut, kannattaa tämä ainutlaatuinen leiri ehdottomasti käydä kokemassa!

Osallistujat:

Avoin kaikille

Paikka:

Taekwondo Nurmijärven sali,
Kievarintie 14, Rajamäki

Aika:

Lauantai 13.9.2014 klo 12-17

Ohjelma:

12:00-14:00 accuracy-treeni

14:45-16:00 presentation-treeni

16:15-17:00 fysiikkatreeni

Hinta:

30 €, maksetaan käteisellä
paikan päällä

Ilmoittautuminen:

Osoitteeseen laura.nipuli@gmail.com
(nimi, ikä, vyöarvo)

Leirin järjestämiseksi vaaditaan
vähintään 10 osallistujaa!

