



Kuhmalahden Kisa TKD ja Mansen Taekwondoseura järjestävät yhdessä Ilves- Dieselleirin lapsille, aikuisille ja perheille Kuhmalahdella lauantaina 7.4.2012

Kuhmalahti, Tampereelta 40 km lounaaseen, ihka uudella Pentosalilla. Lehtitie 1, 30810 Kuhmalahti

Leirin pääteemana niin lapsille kuin aikuisillekin:

- perustekniikka (erikoispotkuja, hyppypotkuja, potku- ja käsitekniikoita)
- poomset
- tosi siistiä ja makeeta temppuilua

Ohjelma:

11.30-12.00	Ilmoittautuminen
12.00-13.00	Yhteistreenit lapset ja aikuiset
13.15-14.15	Erikoistekniikat, lapset
13.15-14.30	Poomse, aikuiset
14.15-15.30	Ruokatauko lapset
14.30-15.30	Ruokatauko aikuiset
15.30-16.45	Poomse, lapset
15.30-16.45	Erikoistekniikat, aikuiset
17.00-18.00	Yhteistreenit, Temppuilua ja loppuvenyttely

Ohjaajat:

Jari Hintsanen, 4.dan,
Mika Ojanen, 3.dan,
Esa Lappalainen, 2.dan,
Noora Hautasuo, 1. dan

Leirin hinta:

25 €.

Laskutetaan seuroilta leirin jälkeen.

Järjestävien seurojen jäseniltä 20 €

(Kuhmalahti ja Manse tukevat harrastajiensa leiriosallistumista 5 €/henkilö).

Lisätietoja leiristä antaa:

Veera Vuorinen 045-6508493,
veera.vuorinen@manse.fi

Leiripaikasta ajo-ohjeineen:

Esa Lappalainen, 040-515 9667.

Sydämellisesti tervetuloa!

Lisätietoa ja ilmoittautuminen:

31.3.2012 mennessä. osoitteessa:

www.manse.fi/id-leiri

tai Veeralle sähköpostilla.

veera.vuorinen@manse.fi



SUOMEN TAEKWONDOLIITTO RY
THE FINNISH TAEKWONDO FEDERATION

