

TRENINGSSAMLING OG GRADERING



Vi har gleden av å invitere alle klubbens medlemmer til treningsseminar og gradering.

TRENINGSSAMLING: LØRDAG 16. MARS

Sted: Eik Samfunnshall

Tidspunkt: Oppmøte for barn (3.-7. klasse) kl 09:30, påmelding til treningssamling og gradering fra kl 09:30-10:00 og trening fra 10:00-12:00. Oppmøte for ungdom og voksne kl 12:30, påmelding til treningssamling og gradering fra kl 12:30-13:00 og trening fra 10:00-12:00 med trening fra kl 13:00-16:00

Pris: 100 kr per person

Det vil bli gjennomgang av graderingspensum. Alle som skal gradere seg må delta på samlingen. I tillegg er selvfølgelig alle andre også velkommen til å bli med ☺ Hovedinstruktør Truls Hotvedt leder treningen sammen med flere av klubbens instruktører.

GRADERING: SØNDAG 17. MARS

Sted: Eik Samfunnshall

Tidspunkt: Oppmøte barn (3.-7. klasse) kl 11:30, med graderingsstart kl 12:00. Oppmøte for ungdom og voksne kl 12:00, med oppstart så fort barna er ferdige.

Pris: 250 kr per person

Møt i nyvasket og strøket drakt, med belte. Jenter/damer kan ha hvit eller sort sportstopp under. Husk å lese godt på teori i forkant ☺ Utøvere med sparring på pensum må ha med sparringsutstyr. Som vanlig må du høre med din partiansvarlige instruktør om du kan gradere deg.

PÅMELDING

Påmelding til både treningssamling og gradering gjøres lørdag 16. mars i samfunnshallen på Eik (kl 09:30 for barn og kl 12:30 for ungdom og voksne)! Når du registrerer deg, må du ha fullt navn, alder og grad klart slik at vi får deg inn på riktig skjema.

BETALING

Du må bestille treningsseminar og gradering i vår nettbutikk innen 12. mars.

태권도