

TAEKWONDO LEIRI



LIEDON JA AURAN
TAEKWONDO

LIETOHALLILLA 17.8.2024 klo 10.00

Urheilutie 2, Lieto

Taekwondo on maailman suosituin kamppailulaji. Leirille osallistumisen suositus on omistaa vähintään taekwondon 8.kup (keltainen) vyöarvo. Aloitamme leiripäivän lapsille suunnatulla tempu- ja tekniikkatunnilla, siitä jatkamme liikesarjoihin sekä tekniikoiden käyttöä elävässä kamppailussa. Leiri päättyy lennokkaisiin taekwondo potkuihin!

Aikataulu:

Lasten tekniikat ja temput
klo 10.00-11.25

Liikesarjat
klo 11.35-13.00

RUOKATAUKO 45 MIN

Liikesarjoista kamppailuun
klo 13.45-15.10

Askelotteluista kamppailuun
klo 15.20-16.40

Vauhdikkaampaa potkintaa
klo 16.50-18.30

*Suosittellemme ottamaan leirille
henkilökohtaiset suojat mukaan!*

Leirin hinta on 20€ per/hlö.
Leirillä on oma kahvio.

Ilmoittautuessasi leirille saat lisätietoa ja leirimaksun saat sähköisesti. Ilmoittautumiset joko puh. **044 983 9380** tai sähköpostitse taekwondo.lieto@gmail.com

TERVETULOAA

Ohjaaja:

Tatu Iivanainen, 6.dan.
Emil Karma, 2.poom, apuohjaaja

Tatu Iivanainen, 6.dan
Emil Karma, 2.poom, apuohjaaja

Juhani Liljanko, 5.dan

Juhani Liljanko, 5.dan

Tatu Iivanainen, 6.dan
Emil Karma, 2.poom, apuohjaaja

EMIL



JUHANI



TATU

