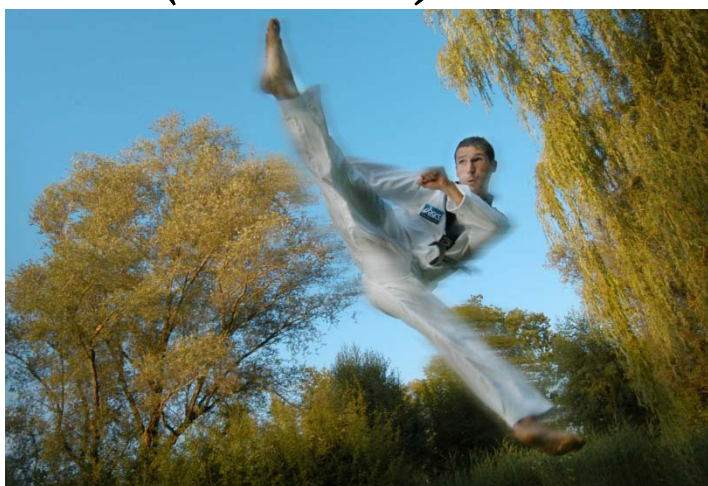


Taekwondo treningshelg 27-28 september 2008 med Nuno Damaso 6 dan WTF (Sveits)



Ringerike og Nittedal Taekwondo klubb inviterer til treningsweekend med Master Nuno Damaso 6 dan fra Sveits, 27 og 28. september 2008. Alle TTU medlemmer er hjertelig velkommen til en spennende treningshelg, til en symbolsk sum. Nuno var en av instruktørene på årets TTU,s sommerleir på Brandbu.

Program:

Lørdag 27. september gjennomføres treningen på Hønefoss- Ringerikshallen.

Kl	1000-1145	Barn/ungdom alle beltegrader
	1330-1500	Ungdom/voksen alle beltegrader
	1530-1700	Ungdom/voksen (ikke nybegynnere)

Søndag 28. september gjennomføres treningen i Nittedal

Kl	1000-1145	Barn/ungdom alle beltegrader
	1330-1501	Ungdom/voksen alle beltegrader
	1530-1700	Ungdom/voksen (ikke nybegynnere)

Vell møtt til en spennende treninghelg!

Kontaktperson Ringerike Taekwondo klubb er:
Per-Ivar Pedersen Mobil 488673887