

TTU klubbene i Bergen har gleden av å invitere til Danseminar i Norges vakreste by! Klubber som ikke er medlem av TTU er også velkommen til å delta på samlingen.

Praktiske opplysninger

Pris: Kr. 600,- (ikke TTU medlem: 800,-)
inkluderer trening, lunsj begge dager
Kontant ved oppmøte

Sted: Fysak Allaktivitetshus
Vilhelm Bjerknesvei 42, 5081 Bergen
www.fysakbergen.no

Påmelding /spørsmål Klubbvis påmelding til Lars Hystad:
lars.hystad@pfizer.com
Mobil: 952 23 887

Påmeldingsfrist er mandag 22. november 2010

Overnatting

Det er dessverre ikke anledning til å overnatte i Dojangen

Marken Gjestehus (midt i Bergen sentrum)
Kong Oscarsgt. 29 , N- 5017 Bergen, Fax: 55 31 60 22
Tlf booking: 55 31 50 30 , E-mail: booking@victoria-hotell.no
Mrk: Marken gjestehus ligger nær bybanen som også stopper utenfor FYSAK

Montana Vandrehjem
Joh Blytts vei 30, 5096 Bergen
Tlf. 55 20 80 70

Program

(med forbehold om endringer)

Lørdag 27. november

12:00-13:15	3 step, 1 step kombinasjoner
13:15-13:45	Pause/ Registrering
13:45-15:00	Ho sin sul, -mechigi
15:00-16:00	Fysiske tester (se TTU pensum)
16:00-17:30	Matpause/ teoriprøve
17:30-18:30	Poomse (dan)

Søndag 28 november

10:00-11:15	1. step håndteknikker og fotteknikker.
11:15-11:30	Pause
11:30-12:45	Poomse (1-8)
12:45-13:45	Matpause/ gjennomgang teoriprøver
13:45-14:45	Kamp, fokus på kombinasjo ner 1-8 mot to motstandere
14:45-15:00	Pause
15:00-16:00	2. step
16:00	Vel hjem!

Instruktører

Master Erling Oppedal 6. Dan
Master Ole Havmøller 6. Dan
Master Lars Hystad 5. Dan

Husk

Dobok og belte
Overtreksdrakt TKD pass, Beskyttelsesutstyr
Rikelig med drikke

Påmeldingsfrist: mandag 22 november 2010