

BERGSTADEN TAEKWONDO

Åpent hus / **10 år Jubileum** Treningsseminar med Grandmaster Cho Woon Sup (9 Dan)

26. - 28. oktober 2012

BERGSTADEN TAEKWONDO inviterer til en treningshelg med grandmaster Cho Woon Sup. Vi har nok en gang fått vår grandmaster på besøk slik at alle våre medlemmer har mulighet til å trene med vår kjære grandmaster.

Kom og bli med du også.

Seminaret er åpen for utøvere som ikke er medlem av klubben også. ☺

Fredag 26. oktober

17:00 – 18:15 Åpent hus

18.30 – 20.30 Fellestrening

Lørdag 27. oktober

10:00 – 11:00 Barnetrening

11:15 – 13:00 Ungdom og voksen.

13:00 – 14:00 Pause

14:00 – 15:00 Barnetrening

15:00 – 17:00 Ungdom og voksne

17:00 – 18:00 Ki Trening

(Ki-trening er åpen for foreldrene)

Søndag 28. oktober

10:00 – 12:00 Fellestrening

12:00 – 12:45 Pause

13:00 – 14:00 Barnetrening

14:00 – 14:30 Pause

14:30 – 16:30 Ungdom og voksen



Kontaktperson:

BTKDOA Henri Filmand tlf. 932 62 481

bergtaekwacademy@yahoo.no

Seminaret koster 450,- kr. inkl. frokost.

Sted: Withs Gate 10 – 12, 3612 Kongsberg

www.bergstadentaekwondo.no

