

ÅBEN BLH-SAMLING Poomsae

Gladsaxe: den 26-27. oktober 2019

INVITATION & INFORMATION

Der inviteres til **Åben BLH-samling i Poomsae** i Gladsaxe Taekwondo Klub (Skolesvinget 10, 2860 Søborg) i **weekenden den 26.-27. oktober 2019** for Tekniklandsholdets Bruttoudøvere, Prospects, Talenter og eksterne udøvere, der ønsker at deltage.

Lørdag den 26/10: Instruktører: Kytu Dang og Lis Borring

09:30-10:30 Ankomst + Omklædning for Brutto + Prospects

09:45-10:15 Instruktørmøde

10:30-11:00 Informationsmøde

11:00-13:30 Træning

13:30-15:00 Frokostpause

14:15-15:00 Samtaler med Kytu 1. prioritet: Brutto Senior/Master der ikke havde samtale i Herning)

14:00-15:00 Ankomst og Omklædning for Talenter + eksterne udøvere

15:00-17:30 Træning

17:30-18:30 Oprydning + Omklædning

17:15-18:00 Samtaler med Kytu (1. prioritet: Brutto Cadet/Junior der ikke havde samtale i Herning)

18:00-19:30 Aftensmad

Søndag den 27/10: Instruktører: Kytu Dang, Lis Borring og Kim Drube:

08:30-09:30 Ankomst + Omklædning for Brutto, Prospects, Talenter og eksterne udøvere

08:45-09:15 Instruktørmøde

09:30-12:00 Træning

12:00-13:30 Frokostpause

12:45-13:30 LHL-møde med Aktivrepræsentant

13:30-15:30 Træning

15:30-16:00 Opsamling + Evaluering

16:00-17:00 Fælles samtale med Kytu (1. prioritet: Senior Herrer -30)

16:00-17:00 Oprydning + Omklædning + Afrejse

Tilmelding: skal ske skrifteligt til Bruttolandsholdet: tilmeldinger.blh@gmail.com

Absolut **sidste frist for tilmelding** til samlingen er **således torsdag den 24/10** klokken 12:00

Betaling: Deltagergebyr for deltagelse i Åben Bruttosamling er **200,- kr.** for talenter og eksterne udøvere.

Deltagergebyret dækker træning og bedes indbetalt til MobilePay nummer: **92680**

VIGTIGT: Betaling må kun ske i dagene onsdag den 23/10 og torsdag den 24/10

Mærk betalingen med **ÅBLH-OCT + fulde navn** (eksempel: ÅBLH-OCT Anders And)

Send kvittering for betaling sammen med tilmelding til: tilmeldinger.blh@gmail.com

Bespisning: Der ligger supermarked og flere spisesteder i umiddelbar nærhed af klubben, men der vil desværre ikke være arrangeret fælles måltider til denne samling.

Overnatning: Der vil i forbindelse med samlingen være mulighed for at overnatte i Gladsaxe Taekwondo Klub (Skolesvinget 10) fra lørdag den 26/10 til søndag den 27/10. Overnatning kun mod forudgående tilmelding ifm. Tilmelding (se detaljerne for tilmelding ovenfor).

ÅBEN BLH-SAMLING *Freestyle*

Risskov: den 26-27. oktober 2019

INVITATION & INFORMATION

Der inviteres til **Åben BLH-samling i FreeStyle** i **Risskov Taekwondo Klub (Norldandsvej 88C, 8240 Risskov)** i **weekenden den 26.-27. oktober 2019** for Tekniklandsholdets Bruttoudøvere, Prospects, Talenter og eksterne udøvere, der ønsker at deltage.

Lørdag den 26/10: Instruktører: Thomas Purup og Kim Drube

09:30-10:30 Ankomst + Omklædning for Brutto + Prospects + Talenter og eksterne udøvere

09:30-10:15 Instruktørmøde

10:30-11:00 Informationsmøde

11:00-13:30 Træning

13:30-15:00 Frokostpause

15:00-17:30 Træning

17:30-18:30 Oprydning + Omklædning

18:00-19:30 Aftensmad

Søndag den 27/10: Instruktører: Thomas Purup

08:00-09:30 Ankomst + Omklædning for Brutto, Prospects, Talenter og eksterne udøvere

09:30-12:00 Træning

12:00-13:30 Frokostpause

13:30-15:30 Træning

15:30-16:00 Opsamling + Evaluering

16:00-17:00 Oprydning + Omklædning + Afrejse

Tilmelding: skal ske skrifteligt til Bruttolandsholdet: tilmeldinger.blh@gmail.com

Absolut **sidste frist for tilmelding** til samlingen er **således torsdag den 24/10** klokken 12:00

Betaling: Deltagergebyr for deltagelse i Åben Bruttosamling er **200,- kr.** for talenter og eksterne udøvere. Deltagergebyret dækker træning og bedes indbetalt til MobilePay nummer: **92680**

VIGTIGT: Betaling må kun ske i dagene onsdag den 23/10 og torsdag den 24/10

Mærk betalingen med **ÅBLH-OCT + fulde navn** (eksempel: ÅBLH-OCT Anders And)

Send kvittering for betaling sammen med tilmelding til: tilmeldinger.blh@gmail.com

Bespisning: Der ligger supermarked og flere spisesteder i umiddelbar nærhed af klubben, men der vil desværre ikke være arrangeret fælles måltider til denne samling.

Overnatning: Der vil i forbindelse med samlingen være mulighed for at overnatte i Risskov Taekwondo Klub fra lørdag den 26/10 til søndag den 27/10. Overnatning kun mod forudgående tilmelding ifm. Tilmelding (se detaljerne for tilmelding ovenfor).

Vel mødt til masser af god træning!

Tekniklandsholdet Ledelse