



## INDBYDELSE TIL BEGYNDER KAMPSAMLING LØRDAG D. 14. NOVEMBER

Begynder kampsamling med træning og sparring. Mængden og indholdet i træningen tilpasses til antallet af deltagere og erfaringsgrundlag.

**Formål:**

- 1) At bringe begyndere på et niveau hvor de kan deltage i kampstævner.
- 2) At bringe erfarne begynderkæmpere på et højere niveau.

**Målgruppe:**

Fra 10 år og min. gult bælte. Man må ikke have kæmpet til talent/øvet stævner.

**Arrangør:**

Aalborg Taekwondo Klub v. Peter J. Ingtoft  
peteringtoft@gmail.com

**Dato:**

14-11-2015

**Sted:**

Skive Taekwondoklub  
Frisenborgvej 8a  
7800 Skive

**Pris:**

Gratis

**Tilmelding:**

Senest 01-11-2015  
Klubvis til kasserer@soobak.dk  
Oplys:

- Navn
- Alder
- Bæltegrad

**Program:**

Ankomst: 09:30 - 09:59  
Modul 1: 10:00 - 11:00  
Modul 2: 11:15 - 12:15  
Frokost: 12:15 - 12:45  
Modul 3: 12:45 - 13:45  
Modul 4: 14:00 - 15:00

**Medbring:**

Eget kampudstyr, alt incl.  
Madpakke og frugt/snacks til pauserne.