

INDBYDELSE TIL

Udviklingscenter træningssamling

Lørdag d. 7. november 2015



Som udøver tilknyttet et udviklingscenter træner du allerede taekwondo på højt niveau i dit eget udviklingscenter. Med denne træningssamling tilbyder UC Elite Vest og DTaF en træningsdag, hvor du kan møde andre højniveau kæmpere end dem du plejer at træne med.

MÅLGRUPPE: Alle udøvere i udviklingscentrene for kamp.
Mesterskabsudtagne til EM for U21 har mødepligt til træningssamlingen.

STED: Elite Vest på Århus Stadion, Stadion Alle 70, 8000 Århus C.

INSTRUKTØRER: Bjarne Johansen Cheftræner i UC Elite Vest og ansvarlig for træningssamlingen

TID/PROGRAM:

Ankomst	09.30
Sparringsøvelser	10.00 – 12.00
Pause inkl. frokost	12.00 – 14.00
Sparring	14.00 – 16.00
Evaluering af dagen	16.00 – 16.15
Tak for i dag	16.15

PRIS: Træningssamlingen er gratis

TILMELDING: Senest søndag d. 1. november 2015. Tilmelding via DTaFs tilmeldingssystem på: <http://www.taekwondo.dk/arrangementer.asp>
 Ved tilmelding oplyses: Udviklingscenter, Klubnavn, Navn, Grad og Alder

MEDBRING: Dobog samt eget kampudstyr og evt. træningsdragt

FORPLEJNING: Egen madpakke eller bestil en sandwich ved ankomst.

SPØRGSMÅL: Bjarne Johansen – Mail: coachjohansen@me.com

Vi ser frem til at se jer i Århus.

Med venlig hilsen
 Elite Vest og DTaF