

# REGION TRØNDELAG

## Sesongen 2018/2019

Søndag 29. april fra kl. 17-20 vil det bli holdt regionslagsuttak for Region Trøndelag sesongen 2018/2019. Kravet for deltakelse er rødt belte, og man må fylle 13 år i løpet av 2018. Laguttaket gjelder fram til neste uttak, som vil foregå i mars 2019.

Regionslagsuttaket vil bli holdt i Trondheim Taekwon-Do Klubbs lokaler i Haakon VII's gate 2.

Mer informasjon om regionslaget står nedenfor, og det vil også bli gitt mer informasjon på regionslagsuttaket.

Dersom du lurer på noe, er det bare å ta kontakt:

Roy Løvtangen - tlf. 944 87 464

Lise Grønnesby - tlf. 954 88 696 / lise@ntkd.no

# REGION TRØNDELAG

## 2018/2019

### KJØREREGLER REGION TRØNDELAG

- Minstekrav for deltakelse er rødt belte, og man må fylle 13 år i løpet av 2018.
- Regionslagssamlinger blir holdt i Trondheim Taekwon-Do Klubb, utvalgte søndager kl. 17-20
- Deltagere må stille på hver samling. Dersom man ikke kan møte må man gi beskjed.
- Må delta på klubbtreninger, Midt-Norsk og NM. Dersom man ikke kan møte på mesterskap, må man gi beskjed. For å delta i lagøvelser på NM, må man være på regionslaget.
- Regionslaget forplikter seg til å hjelpe til med opprigging av Midt-Norsk mesterskap, samt å hjelpe til på mesterskap for barn.
- Open Dutch 2019 - valgfritt å delta, men dette er hovedmålet for regionslaget sesongen 2018/2019.
- Det vil bli noen ekstra basistreninger. Disse er frivillige å være med på, og vil bli annonsert på Facebook-gruppa.

### TERMINLISTE 2018/2019

APRIL	Regionslagsuttak
MAI	Sine wave + sparringsbevegelse
SEPTEMBER	Kryssing og facing + angrepsteknikker + spesialteknikk
OKTOBER	«Slå på bryteren» + kontrungsteknikker + spesialteknikk
NOVEMBER	Spark i mønster + spark i sparring
NOVEMBER	LM/NM (2.-4. november, Oslo)
JANUAR	Kraft/balanse + sparringstaktikk
JANUAR	Open Dutch
FEBRUAR	Overraskelse
MARS	Nytt regionslagsuttak