

VÆRNES TAEKWON-DO KLUBB FYLLER 20 ÅR!

Værnes Taekwon-Do Klubb feirer 20 år i 2018. I den forbindelse ønsker vi å invitere alle Taekwon-Do venner til treningssamling i Lånkehallen på Stjørdal.

Lørdag 20. oktober kl. 10.00-15.00

INSTRUKTØRER

Master Per Andresen, 8. Dan

Line Gulbrandsen, 6. Dan

Arne Witzø, 6. Dan

Robert Skagseth, 5. Dan

Rita Sivertsvik, 4. Dan

Lise Grønnesby, 3. Dan

PROGRAM

10.00-12.00: Mønster med Master Andresen og Line

12.00-13.00: Lunch

13.00-14.00: Spesialteknikk med Robert og Rita

14.00-15.00: Frisparring med Arne og Lise

15.00: Oppvisning

Barn kan følge treningssamlingen helt fra kl. 10, men treningen vil være mest tilpasset ungdom (12+ år). Det vil bli et eget opplegg for barna etter lunsj, med Taekwon-Do-trening og aktiviteter!

I etterkant av treningssamlingen vil Værnes Taekwon-Do Klubb ha en oppvisning i anledning 20-årsjubileet, kl. 15.00.

Velkommen til trening og moro i Lånkehallen på Stjørdal!

