

Jule samling

Bli med på Taekwon-Do samling 4 desember 2021

Vi ønsker å invitere til et uvidet seminar hvor pensumet til gradering blir gjennomgått. I tillegg legger vi opp til andre spennende aktiviteter.

Tid samling:

- 1) **Hvitt og Gult belte kl 1000-1130**
- 2) **(over 12 år hvitt og gult) Grønt, Blått og Rødt belte kl 1200-1330**
- 3) **Sort belte alle aldre kl 1400-1600**

Treningen gjelder for alle aldre.

Sted:

Bjørnsletta flerbrukshall,

Åsjordet 3, 0381 Oslo

Pris: - kr 0,- for samling og kr 310 for gradering.



Gradering 5/12-21

Hvis datoen ikke passer?

- Ta kontakt med din instruktør

Tidskjema for gradering:

- For hvitt, gult belte, (barn opp til 12 år) registrering starter kl 0945.
- For grønt og blått belte barn opp til 12 år, registrering starter kl 1045.
- For ungdom og voksne hvitt til blått belte registrering starter kl 1145.
- For alle aldre opp til rødt og rødt belte registrering starter kl 1245.
- For alle aldr sort belte registrering starter kl 1345.

Velkommen til en fin gjennomgang av pensumtrening i kombinasjon med sosial hygge. Ta med sparringsutstyr om du har det.



Link til registrering:

<https://club.spond.com/landing/courses/ctkd>

Registrering:

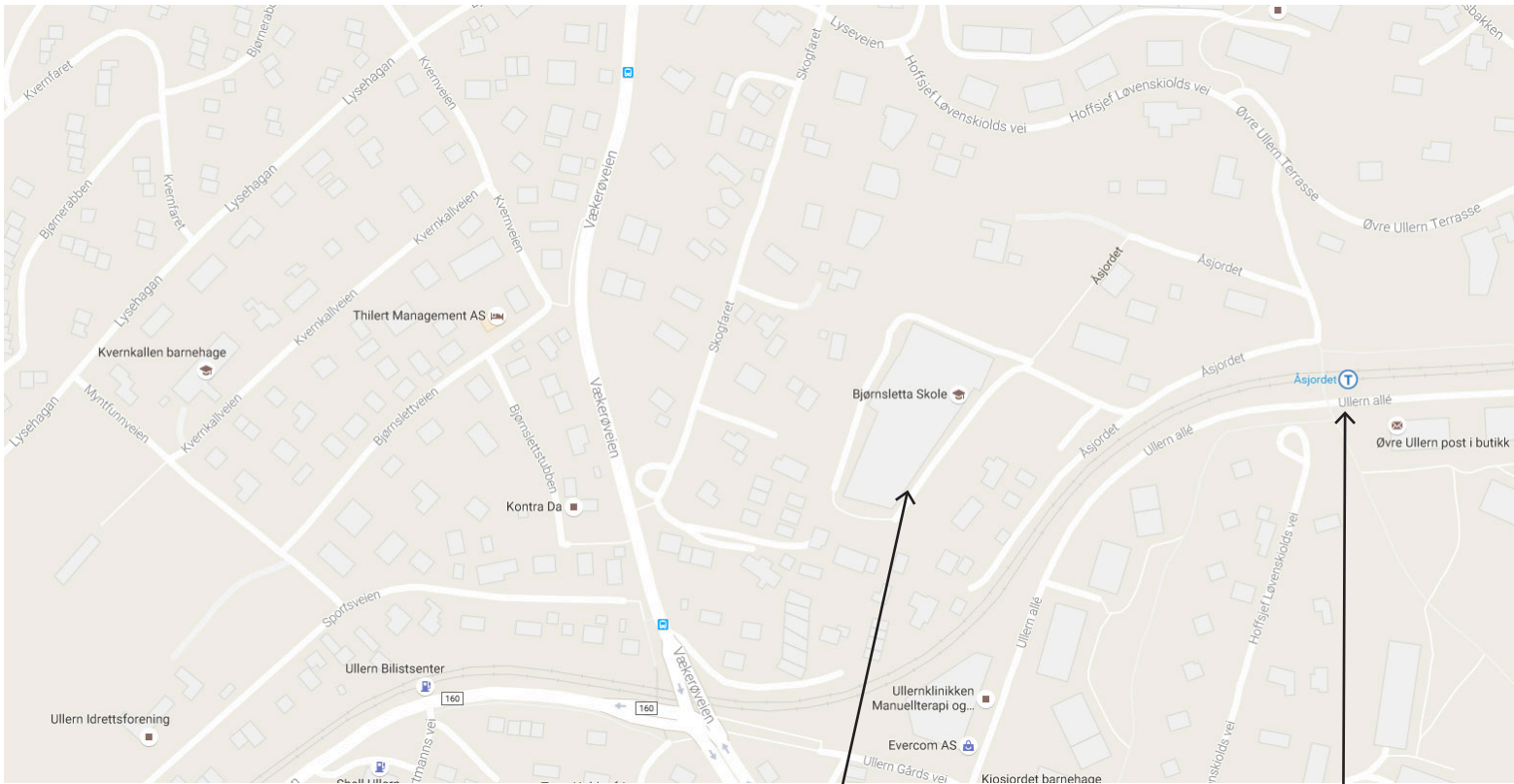
Vi må overhode smittevern reglene, så møt opp til riktig tid og være bevisst våre smittevern regler. Ta med egen drikkeflaske og prøv å unngå å benytt toalett.

Vi ønsker å registrere alle oppmøtte gjennom Spond. Fyll da ut skjemaene ved bruk av QR-kode til høyre i arket.

Møt opp i god tid til graderingen og vær bevisst våre smittevernsregler. Ta med egen drikkeflaske og kom ferdig skiftet til samlingen/graderingen.



Bjørnsletta skole, flerbrukshall



Åsjordet T bane stasjon

Her er inngang til flerbrukshallen
Adresse, Åsjordet 3, 0381 Oslo

