

Invitasjon til treningsseminar med

MASTER
ERNESTO
SANTANIELLO



Lørdag 18. oktober i Rosenborghallen, Trondheim

Bli med på teknisk seminar med Master Ernesto Santaniello, 7. Dan fra Italia! Master Santaniello har tidligere besøkt Trondheim Taekwon-Do Klubb og samtlige ble imponert over hans flotte og kraftfulle teknikk og mange spennende treningsmetoder. Her er det absolutt mye inspirasjon å hente for alle. Du må være over 14 år og ha minimum 4. gup blått belte for å kunne delta. Deltakeravgift kr. 300,- som betales ved oppmøte. Ingen forhåndspåmelding.

PROGRAM

- Kl. 0900 - 1000
Registrering og betaling
- Kl. 1000 - 1145
Grunnteknikk og mønster
- Kl. 1215 - 1300
Trening av spark
- Kl. 1300 - 1400
Frisparring

VELKOMMEN!

