

...Harjoittele terveellisesti...Liikesarjojen sovellukset...Sivupotku-special...Functional Training...

# HARRASTAJIEN KEVÄTLEIRI

**7.-8.5.2010 Kisakallion Urheiluopisto**

## **Perjantai 7.5.**

17.30-18.00 Päivällinen  
18.00-19.00 Auditorio  
19.00-21.00 Harjoitus  
21.00-22.00 Iltapala/Illanvietto

## **Lauantai 8.5.**

08.00-09.00 Aamupala  
09.30-12.00 Harjoitus  
12.00-12.45 Lounas  
13.00-15.00 Kevätkokous  
15.00-16.30 Harjoitus  
16.45-17.30 Päivällinen



**Alaikäraja 10-v. Vyöraja 7 kup**

**Hinta** (sis. majoitus täysihoidolla):  
aikuiset 90 eur  
10-15-v. lapset 70 eur

## **Opettajat:**

Marcos Kuusjärvi 6. dan, Jarkko  
Mäkinen 5. dan, Markku Murto 4.  
dan, Inna Lindgren 4. dan

**Ilmoittaudu:** 26.4. mennessä  
[office@taekwondo.fi](mailto:office@taekwondo.fi)

(Vain 50 nopeinta pääsee mukaan!)