

JUNIORIOHJAAJAKOULUTUS SYKSY 2011

TAEKWONDON LAJIPÄIVÄ 30.10.2011

Kamppailulajien yhteinen junioriohjaajakoulutus järjestetään Nummelassa 15.-16. ja 29.10.2011.

Taekwondon lajipäivä 30.10.2011 järjestetään juniorileirin kanssa yhtä aikaa Lohjalla, Ojamon koululla (Kartanonkuja 4, Lohja). Koulutettavat pääsevät siis harjoittelemaan ohjaamista oikeissa olosuhteissa!

Taekwondon lajipäivän vetää liiton nuorisovastaava Tiiu Tuomi.

Aikataulu:

Klo	Koulutus	Tila	Ohjaaja
9.00	Taekwondo & junnut, ohjausharjoitusten jako	Luentotila	Tiiu
9.30			
10.00	Harjoitus 1 (tekniikat)	Sali	Tiiu
10.30			
11.00			
11.30	Ruokailu		
12.00	Ruokailu		
12.30	Ohjausharjoitus	Sali	Tiiu/Tatu
13.00			
13.30			
14.00	Palaute, liiton ajankohtaiset asiat	Luentotila	Tiiu
14.30			
15.00			
15.30	Venyttely	Sali	Tatu

HUOM! Ruokailua ei ole järjestetty, joten ottakaa omat eväät mukaan!

Lisätietoja koulutuksesta ja lajipäivästä antaa Tiiu: tiiu.tuomi@taekwondo.fi tai 09 3481 2505.

