

AKTIVITETSDAG FOR BARN



Sted: Træffhuset
Tid: Lørdag 5. april kl 0900 – 1100.
Påmelding: Til din instruktør på trening innen 3.4.2014
Pris: Kr 150,- (betales ved påmelding / benytt gjerne kort)

Øvelser:

- Mønster
- Firevendinger spark
- Flyvende sidespark
- Highkick
- Teori

ALLE SOM DELTAR FÅR DIPLOM OG MEDALJE.

DETTE BLIR ÅRETS BEGIVENHET FOR BARN. UMIDDELBART ETTER AKTIVITETSDAGEN DVS KL 1130 STARTER MRCUP HVOR SORTBELTENE SKAL FØRST UT. HÅPER SÅ MANGE SOM MULIG VIL VÆRE IGJEN OG HEIE PÅ SORTBELTENE.

DET BLIR SALG AV MAT, DRIKKE OG EFFEKTER UNDER ARRANGEMENTET
PS: Barn kan også delta på treningssamling på søndagen fra 10-12 dette koster kr 100,- (påmelding som ovenfor)

