

3. de Hapkido Seminar 2010

5 – 6. Juni



Moss Taekwondo Klubb har igjen gleden av å invitere til hapkido seminar. Hovedinstruktør på seminaret er Peter Kadergran, 7. dan hapkido og 6. dan taekwondo. Hapkido er mange steder i verden populært å kombinere med taekwondo, selv om det ikke er så utbredt her i Norge.

Instruktører:

Peter Kadergran fra Sverige har 7. dan hapkido og er en av Europas høyest graderte. Peter har over 30 års fartstid med kampkunst og har en pratisk og folkelig instruktørstil.

Edward H. Valholm har 3. dan i både hapkido og taekwondo og har over 25 års erfaring med taekwondo og 10 år med hapkido. Edward har engasjert seg i forhold til at hapkido skal få fotfeste i Norge.

Påmelding:

Ved å oppgi antall interesserte via e-post til edward@moss-tkd.no, aldersgrense 14 år. Eventuelle spørsmål kan rettes til samme adresse eller på mobiltelefon til 40 00 45 59 (Edward).

Pris og betaling:

Prisen for seminaret er kr 350.- For MTK medlemmer 200.-
Betales til Moss Taekwondo Klubbs konto: 1080 47 63037 eller ved fremmøte.
(husk kvittering)

Mat og drikke:

Det vil bli mulighet å handle drikke og mat i klubbens kiosk til fornuftige priser.

Hvor:

Dojang til Moss Taekwondo Klubb, Rabekkgata 5, 1523 Moss.
For nærmere veibeskrivelse, se www.moss-tkd.no.

Overnatting:

Vi anbefaler Mitt Hotell, Rådhusgt. 3, 1531 Moss, Tel: +47 69257777. E-post: mitt-hotell@mitt-hotell.no. Videre er Moss Hotell, Mossesia Motell eller Marchè Rygge greie alternativ som ligger innenfor en 5 km radius fra MTKs dojang.

Treningsprogram:

Lørdag 05. Juni

12:00 – 13:30: Trening
14:00 – 15:30: Trening
16:00 – 17:00: Trening
18:00 - Sosialt samvær?

Søndag 06. Juni

11:00 – 12:30: Trening
13:00 – 14:30: Trening
14:30 – 14:45: Oppsummering og avslutning

Programmet er kun veiledende og vil bli tilpasset antall og nivå på deltakere.

V E L K O M M E N !