Alta NTN Taekwon-Do klubb Inviterer til

**Treningssamling**

**(Sortbeltegradering fredag)**

**Kent Tore Skagen 6.Dan**

**og Roy Rolstad 4.Dan**

**Alta**

**Lørdag 14. og søndag 15. juni**

**2014**

Alta ungdomsskole

**Skoleveien 20, 9510 Alta**

Teknisk arrangør:



Alta NTN Taekwon-do klubb har gleden av å ønske alle NTN Taekwon-Do klubber i regionen vår til vårens treningssamling 14. og 15.juni 2014. Vi håper at så mange som mulig har tid og anledning til å komme. Det skal også gjennomføres sortbeltegradering på fredag 13.juni.

**Instruktører på samlingen:**

**Kent-Tore Skagen 6 Dan**

**Roy Rolstad 4 Dan**

**Trond Lie 3 Dan**

**Hans Kåven 3 Dan**

**Marte Brasøy 3 Dan**

## Deltakeravgift:

**Treningssamling begge dager barn/voksen: kr.250/ 400.-**

Klubbene vil bli fakturert i ettertid. Bindende påmelding.

**Treningstider:**

**Lørdag:**

10.00- 1200 Barn

10.00- 12.30 Sortbelter (*mønster og selvforsvar*)

10.00- 12.30 Fargebelter (*selvforsvar og mønster)*

Lunsj 1230-1330

13.30- 15.00 Fargebelter (Barn avslutter kl.1430) (*steg-sparring og fri-sparring*)

1430- 1600 Sortbelter (*Selvforsvar*)

**Søndag:**

10.00- 12.00 Barn

10.00- 14.00 Voksne

Del 1 *Mønster og spark*

Del 2 *Selvforsvar og fri-sparring*

Pause 11.45- 12.15

**Middag lørdag:**

Det blir arrangert grilling ved den skolen hvor overnattingen blir etablert.

**Forlegning:**

klubben anbefaler Thon Hotell på sentrum og Rica hotell på sentrum, begge har idrettspris på rom. Det er viktig at du/dere sier at dere skal ha idrettspris når dere bestiller rom.

Det blir mulighet for overnatting på skole, sted ikke klart nå, følg med på hjemmesiden. Det må være reiseledere for alle under 18 år, dette må klubbene ordne selv.

250,- per person, enkel frokost lør/søn og kvelds fre/lør er inkludert (uavhengig av antall døgn og alder)

Forpleining

Det vil bli solgt mat og drikke under arrangementet.

Klubbene oppfordres til å sende svar så fort som mulig, men

Påmelding klubbvis pr.mail innen en uke før samlingen

NB! fylte 12 år regnes som barn

Klubb:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Kontaktperson:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Tlf:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Navn | Alder | Grad | Treningssamling | Sosialt samvær  Lørdag | Overnatting  på skolen | Sum |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

Sum klubb:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_