

TBN REGIO WEST

Uitnodiging Taekwondodag

Organisatie	Taekwondo Bond Nederland – District West
Wanneer	Zaterdag 16 mei 2015 van 12 tot 16 uur
Voor wie	Betalende TBN leden, alle leeftijden, alle graduaties
Waar	Sporthal Leidschenveen Vaz Diasdreef 20, 2492 JL Den Haag
Onderdelen	Sparring, poomsae/freestyle, hosinsul/step-sparring
Kosten	Voor TBN leden is deze Taekwondodag GRATIS
Benodigheden	Dobok, alle beschermers, rubber mes en/of stok tbv hosinsul, trapkussens, eten & drinken
Consumpties	Er is een kantine aanwezig
Aanmelden	Uitsluitend per e-mail onder vermelding van: naam / TBN lid nr / naam school / graduatie Stuur de e-mail met daarin alle gegevens naar: m.rosa@taekwondobond.nl

Er word in 3 blokken van 70 minuten gewerkt met 15 minuten pauze tussendoor.

Met sportieve groet namens Taekwondo Bond Nederland,

Michael Rosa
Breedtesport Coördinator District West
M 06 – 54 29 45 68
E m.rosa@taekwondobond.nl