
Uitnodiging taekwondodag

Organisatie	Taekwondo Bond Nederland – district West-Nederland
Wanneer	Zaterdag 31 oktober 2015 van 12 tot 16 uur
Onderdelen	2 uur poomsae en 2 van de onderstaande 3 onderdelen sparren en/of zelfverdediging en/of trick kicks (2x 1uur)
Voor wie	TBN leden, alle leeftijden, alle graduaties
Waar	Sporthal Leidschenveen Vaz Diasdreef 20 2492 JL Den Haag
Kosten	Deelname is GRATIS
Benodigdheden	Dobok, hogo en overige beschermers, eten & drinken
Consumpties	Er is een kantine aanwezig
Aanmelden	Uitsluitend per e-mail onder vermelding van: naam / TBN lid nr / naam school / graduatie / onderdelen Geef aan welke 3 onderdelen je wilt doen.

Voorbeeld:

D. Trom / T012345 / TBN / 3^e geup / Stijl, sparren en trick
kicks

Stuur de e-mail met daarin alle gegevens naar:
m.rosa@taekwondobond.nl

De taekwondodag is een kans bij uitstek om eens samen met andere taekwondoka's uit jouw regio te sporten. En of je een half jaar geleden met taekwondo bent gestart of dat je al de rode band hebt dat maakt niet uit. Plezier staat voorop en je doet altijd weer een paar leuke ervaringen op of je maakt nieuwe taekwondovrienden. Doe gezellig mee en meld je vandaag nog aan.

Met sportieve groet namens Taekwondo Bond Nederland,

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