



Taekwondo Bond Nederland District Noord Oost

Postbus 4360

2003 EJ Haarlem www.taekwondobond.nl

Taekwondodag District Noord- Oost

- Organisatie: Taekwondo Bond Nederland & District Noord Oost
- Datum : Zondag 12 Februari 2017
- Tijd: 10:00 – 12:00 & 12:30 -14:30
- Voor wie: Alle TBN-leden, alle leeftijden en alle klassen vanaf witte band
- Waar: Louisa Martial Arts
Sporthal Tiggelhal , Sportlaan 3, 9791 LX, Ten Boer
- Benodigdheden: Dobok, beschermers , Pantsers, en trapkussens/flap
- Kosten: € 2,- per deelnemer
- Consumpties: Sportkantine is aanwezig
- Aanmelden: Per mail naar vlouisa@msn.com
Ovv Naam/TBN-nummer/school/ graduatie
- Trainers: Henk Meijer- Wedstrijdtraining
Larry Meijer- Plyometrische trainingen en oefeningen
Wibo ten Hove- Step sparring
Victor Louisa- Zelfverdediging



WORLD TAEKWONDO FEDERATION