



Indbydelse til instruktørkursus lørdag den 9. april 2016

Kursus: i Poomsae og Applikationer

Taekwondo Life Academy indbyder til **sortbæltesamling** i Glamsbjerg i Glamsbjerg Idrætscenter, Mågevej 7, 5620 Glamsbjerg.

På kurset arbejder vi med **betydningen** af de forskellige teknikker i Poomsae og hvordan kan vi omsætte dem til brugbare applikationer.

Der er fokus på Poomsae fra 1. til 6. Dan.

Vi optager Applikationerne på video, hver enkel deltager får tilsendt en DVD af teknikkerne efter kurset. Kurset vil have formen af en workshop, hvor alle bidrager med input.

Målgruppen for kurset er alle sortbælter.

Krav til alder er +15 år og minimum 3. Dan.

Kursusgebyr: kr. 375,- inklusive mad og drikke, der skal være min. 15 deltagere, **tilmelding senest 29. marts 2016** på mail: info@taekwondolifeacademy.dk, betaling på nedenstående kontonummer.

Tidsplan:

08.30 – 09.00 morgenmad
09.00– 10.00 undervisning
10.00 – 10.15 omklædning
10.15 – 12.00 træning
12.00 – 12.45 frokost og pause
13.00 – 15.00 træning og optagelse
15.00 – 15.30 opsamling og evaluering

Medbring: Dobog, træningstøj, skriveredskaber og papir.

Målgruppe: Krav til alder er +15 år og minimum 3. dan.

Kursusinstruktør: Momme Knutzen