

## Sommarläger i Ljungby 2010

Ljungby, 29-30 maj 2010

Text och foto: Peter Logozar



Den 29-30/5 arrangerade Ljungby TKD ett öppet sommarläger, drygt 50-talet utövare deltog från Ljungby, Värnamo, Skivarp, Fighter, Stockholm, Torshälla och Danmark.

Följande delar av TKD har man jobbat med under lägret: dynamik i sparkar, grundteknik, mönster, ITF:s uppbyggnad både internationellt och nationellt, hur kan man utveckla sin fysik, etik och moral, stegsparring, arrangerad sparring och fördelar med TKD mm. Mycket av den teoretiska delen visades med PowerPoint-presentation som hjälpmedel, varvat med praktik.

Glädjande är att vårt grannland Danmark deltog under lägret med 10-talet elever och instruktör.

Lite tur med vädret använde vi till en gemensam grillafton som föreningen stod för och alla njöt för fulla drag:)

Lägret avslutades med en öppen gradering för elever från Fighter, Skivarp och Värnamo.



