

Uppstartsläger i Skara

Skara, 6 september 2014

Text & Foto: Ove Johansson



Hej!

Skickar lite info om vårt uppstartsläger i lördags.

Det var 22 personer som tränade från 4 föreningar. Mariestad, Skara, Skövde och Trollhättan.

Det tränades tre träningspass under lördagen där fokus låg på komma igång med hjälp av enkla övningar och en del lek. Stämningen var på topp och lunchbuffen gjorde att alla orkade de fem timmarna av träning.

Lite träningsvärk blev det säkert för många av utövarna men det hör sporten till.

Taekwon!

Mvh Ove Johansson / Huvudinstruktör
Skara Taekwon-Do Klubb







