

# TRÄNINGSLÄGER

Inbjudan till träningsläger i kamp



## Jönköping

19-21 januari 2024



## DATUM OCH PLATS

Datum: 19-21 januari, 2024

Plats: Jönköping ITF:s klubblokal på Bultvägen 5, 553 02 Jönköping.

## TIDER

Schema damer juniorer & seniorer:

Fredag 19/1

Pass 1: 18.00-21.00

Lördag 20/1

Pass 2: 08.30-11.00

Pass 3: 13.30-16.30, städning och hemgång

Schema herrar juniorer & seniorer

Lördag 20/1

Pass 1: 13.30-16.00

Pass 2: 18.30-21.00

Söndag 21/1

Pass 3: 09.00-12.00, städning och hemgång

## VEM KAN DELTAGA?

Lägret riktar sig till er som är direktkvalificerade till landslaget men även för aspiranter för framtiden och wildcards till landslaget inför EM 2024. Lägsta ålder för att delta i lägret är 15 år och lägsta grad 2 Kup.

Obs! Wildcards till EM 2024 i grenen kamp gäller samtliga juniorer men även er seniorer som vill tävla i en annan viktklass än den ni har SM-guld i. Wildcards i grenen kamp kommer att baseras på träningsläger samt prestation under STL 1.

## INSTRUKTÖR

Träningen leds av landslagstränare i kamp Arto Alahäivälä.

## PRIS

300 kr för dig som söker wildcard.

Lägret är kostnadsfritt för dig senior som har SM-guld och kommer tävla i direktkvalificerad viktklass.

## ANMÄLAN

• Du som söker wildcard använder länken nedan:

<https://www.svenskalag.se/tka/formular/anmalan-landslagslager-wildcards/18512>

• Du som är direktkvalificerad och kommer tävla i viktklassen anmäler dig till lägret via e-post till Sportchef Master Mimmi Oskarsson: [mimmi@itfsverige.se](mailto:mimmi@itfsverige.se)

Obs! **Sista anmälningdag är den 10 januari 2024.** Anmälan är bindande.

## **UTRUSTNING**

Ren och hel Dobok, gärna flera om möjligt. Överdragningskläder, papper och penna, vattenflaska, sparringskydd samt lunch/lunchpengar. Samt ev. medicinsk utrustning ni har behov av.

## **ÖVERNATTNING**

För att bygga lagkänsla och kunna välja ut ett bra lag inför EM 2024 ser vi gärna att samtliga deltagare övernattar i Jönköping ITF:s lokaler. Ni som väljer att övernatta i lokalen behöver ha med liggunderlag, täcke, kudde och eventuell mat för fredag kväll. Kokmöjligheter finns.

**Välkomna!**



INTERNATIONAL  
TAEKWON-DO  
FEDERATION

