

# TRÄNINGSLÄGER

Inbjudan till träningsläger i

mönster  
speciella tekniker  
traditionell sparring



## Frölunda

24 februari 2024



## DATUM

Lördagen den 24 februari 2024.

## PLATS

Frölunda TKD Klubbs lokal på August Barks gata 2, Sisjön, 421 32 Västra Frölunda.

## TID

Kl. 09.30-16.00 där även ett digitalt mentalt träningspass med Cecilia Åkesdotter ingår mellan kl. 13.00-14.30.

## VEM KAN DELTAGA?

Lägret riktar sig till er som är direktkvalificerade samt aspiranter till landslaget inför EM 2024. Lägsta ålder för att delta i lägret är 15 år och lägst grad 2 Kup.

## INSTRUKTÖR

Träningen leds av:

- Landslagstränare i mönster Master Håkan Hansson
- Landslagstränare i speciella tekniker Madeleine Palmersjö.

## PRIS

Lägret är kostnadsfritt.

## ANMÄLAN

Anmälan görs till sportchef Master Mimmi Oskarsson via mejl: [mimmi@itfsverige.se](mailto:mimmi@itfsverige.se)  
Ange namn, grad, förening, födelsedatum och mobilnummer i anmälan.

## UTRUSTNIG

Att ta med: hel och ren Dobok, överdragskläder, papper och penna, vattenflaska, mobiltelefon eller videokamera samt lunch/lunchpengar.

Välkomna!

