



International Påskelejr 6.-8. april 2012

Solrød Idrætscenter & Uglegårdsskolen i Solrød

Tre dage • Mange toptunede instruktører • Masser af træninger

Kom og mød instruktører fra tre forskellige lande, der med vidt forskellige baggrunde, specialer og erfaringer vil være med til at give dig en fantastisk oplevelse inden for taekwondoens forunderlige verden.

Instruktørerne Michael Iversen, Benny Faarvang, Allan Olsen og Lars Hyttel fra Danmark samt Rudy Pelgrims fra Belgien og Alf Dell'orso fra Australien tilbyder vidt forskellige træninger inden for kamp, teknik og våben - absolut værd at bruge tre dage i påsken på.

Kamp: Alf Dell'orso, 6. dan • Rudy Pelgrims 5. dan • Jesper Roesen 3. dan **Seminar:** Daedo elektroniske kampveste ved Jesper Roesen **Taekwondo:** Michael Iversen 6. dan • Benny Faarvang 6. dan • Allan Olsen 5. dan **Våben:** Michael Iversen

Praktiske informationer

Priser

Lejr med 8 træninger - kr. 500,-	Lejr en enkel dag - kr. 200,-	Mad - gælder alle dage (ingen svinekød) - kr. 250,-	Bemærk, at overnatning er inkluderet i prisen
-------------------------------------	----------------------------------	--	--

Tilmelding og betaling

Fristen er mandag den 19. marts 2012. Tilmeldingen er først gældende når indbetalingen er registreret. Først til mølle princippet gælder alle. **Online tilmelding** sker ved at udfylde tilmeldingsformularen som du finder på www.sin-sung.dk

Betaling til reg.nr. 2344 kontonr. 0743156730

Deltagerkrav og antal	• Deltagere skal være fyldt 9 år. Max 300 udøvere i alt. • Alle der deltager i kamptræning skal medbringe eget beskyttelses udstyr samt en sparkepude/-skinke
Registrering på Uglegårdsskolen	• Torsdag kl. 18.00-20.00 • Fredag kl. 7.30-8.30 • Mulighed for overnatning fra torsdag til fredag • Fredag den 6. april kl. 7.30 morgenmad • Første træning den 6. april kl. 9.00
Træning	Solrød Idrætscenter, Tingryds Alle 27, 2860 Solrød Strand
Overnatning og spising	Uglegårdsskolen, Tingryds Alle 25, 2860 Solrød Strand

Flere informationer på www.sin-sung.dk, hvor du bla. finder tilmeldingsformular mm. **Spørgsmål** vedr. påskelejren til: Michael Werdelin på mobil 22249218 eller michael.werdelin@os.dk

Hold: Kamp begynder - Kamp elite - Hold 1 hvid til blå med streg - Hold 2 rødbælter - Hold 3 sortbælter



Påskelejren foregår i samarbejde med



Dansk Taekwondo Forbund