

# Samling med Verdensmester GrandMaster Svendsen 9.dan 15 - 16 November 2019

Nå er det igjen tid for en uforglemmelig samling med GrandMaster Svendsen 9.dan. Han er en av verdens aller ypperste Mastere, Verdensmester i 11 ulike forbund med mer enn 50 VM gull.

Lørdag er det sparringstrening, treningen er åpen for ALLE og kampsportutøvere fra andre klubber og grener (Kickboksing, Karate m.m.).

Søndag er det trening for Taekwon-Do utøvere med fokus på basic teknikker, selvforsvar og mønster. Samlingen avsluttes med TK-D gradering. Gradering forutsetter deltagelse begge dager.

## Program :

Lørdag kl. 10:00-18:00

Sparringsteknikker

Sparring

Lunch: 13:30-15:00

Pris: 400,-

Søndag kl. 10:00-16:00

Basic teknikker

Selvforsvar

Mønster

Lunch: kl. 13:00-14:00

Gradering: kl. 16:00-18:00

Pris: 400,-

Pris gradering: Spesifisert søknadskjema

