

SYKSYN PERUSKURSSI ALKAA

Kirjoittanut Jouni Mustonen

28.08.2011 19:12 - Viimeksi päivitetty 23.11.2011 06:53

PERUSKURSSI 5.9 - 30.11.2011 MA ja KE klo 18.00

Kurssi antaa hyvän itsepuolustustaidon perusteet ja valmiuden monipuoliseen kamppailuharrastukseen. Kurssin yleisjaksolla parannetaan kuntoa ja liikkuvuutta Hanmoodo ja Hoijeonmoosool tekniikoiden avulla. Kurssin erikoistumisjaksolla keskitytään varsinaiseen HMD ja HJMS lajiharjoitteluun. Kurssin jälkeen harjoittelija voi jatkaa molempia tai toista lajia jatkokursseilla. Kurssi on tarkoitettu yli 13-vuotiaille. Tervetuloa.

Osoite: Martial Arts Center, Asentajantie 13, Kokkola (Erkin hallin takana, toinen kerros)

Lisätiedot ja ilmoittautumiset: Paikan päällä tai 040-5095711 tai

jouni.mustonen@orientalmoodoliitto.fi