

Spesialtrening !

Lørdag 19. april

Mange instruktører !

Bli med å trene på graderings KATA !

Her vil du få tett oppfølging til å lære kataen du skal vise på neste gradering !

Du må melde deg på så vi vet hvor mange som kommer, skriv deg på listen innen 11. april

Gul stripe kl 10:00 til 11:45

Gul + Orange stripe + Orange kl 12:00 til 13:45

Grønn stripe til Brun stripe kl 14:00 til 15:45

Meld deg på, skriv deg på listen !

Ta med et program hjem så du husker når du skal møte.

Hilsen styret