

# Trening med Grandmaster Cho Woon Sup ( 9. Dan).

## 20 – 22. mai 2011.



TRADITIONAL TAEKWONO UNION  
전통태권도회

Bjerke TKD inviterer til en treningshelg med grandmaster Cho Woon Sup.

Som nyetablert TTU-klubb, ønsker vi alle TTU-medlemmer velkommen til en fantastisk treningshelg.

Kom og bli med du også.

Fredag 20. mai 2011.

19.30 – 20.30 Ki-trening.

Lørdag 21. mai 2011.

10.00 – 11.30 Barnetrening.

11.30 – 12.30 Pause.

12.30 – 14.30 Ungdom og voksne

14.30 – 15.00 Pause.

15.00 – 17.00 Ungdom og voksne

Søndag 22. mai 2011.

10.00 – 11.30 Barnetrening.

11.30 – 12.30 Pause.

12.30 – 14.30 Ungdom og voksne

14.30 – 15.00 Pause.

15.00 – 16.30 Ungdom og voksne



Helgen er åpen for utøvere som ikke er medlem av  
Bjerke TKD også.

Kontaktperson.

Frode Willoch 48245858 evt. leder@bjerketaekwondo.no  
<http://www.bjerketaekwondo.no> (Veibeskrivelse og mer info)