

Treningsdag for barna

Lørdag 3. desember



Lørdag 3. desember blir det en treningsdag for barna hvor de får mulighet til å gå gjennom alt av pensum til den graden de skal opp til på gradering. Vi deler opp treningene slik at hver grad får sin trening hvor bare det relevante pensumet blir gjennomgått. Det koster ingenting!

Treningene blir 45 min med en pause på 15 min mellom hver trening. Denne pausen er lagt inn slik at vi kan svare på spørsmål fra de som måtte ha det, for eksempel om den nye påmeldingen til graderingen.

Vi oppfordrer alle foreldre til å stikke innom en tur og ta en prat og å se på ungene som trener. Det blir lett servering med pepperkaker og gløgg til de som vil ha det.

Tid	Pensum til	Trening for	Trener
11.00-11.45	Gul stripe	Hvitbelter	Roy + Sølvi
12.00-12.45	Gult	Gul stripe	Børre + Siri
13.00-13.45	Orange	Gult + orange stripe	Børre
13.00-13.45	Grønt	Orange + grønn stripe	Ingrid
14.00-14.45	Blått	Grønt + blå stripe	Ingrid
14.00-14.45	Lilla	Blått + Lilla stripe	Stian



Hilsen barnetrenerne

Hvis det er noen spørsmål, ta kontakt med Ingrid på
mob: 98063449 eller mail: ingrid@trondheimkarate.com