



UPPSTART VÅRTERMINEN 2021

Besök gärna vår hemsida för mer information
www.baekdusantkd.se



MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	LÖRDAG	SÖNDAG
TEKNIK	KAMP	TEKNIK	POOMSAE	STYRKA, RÖRLIGHET	STYRKA, RÖRLIGHET
Födda 2005-2014 STRANDSKOLAN, LOMMA	Födda 2005-2014 STRANDSKOLAN, LOMMA	Födda 2005-2014 INNE STRANDSKOLAN	ONLINE ZOOM	UTETRÄNING STRANDSKOLAN, LOMMA	UTETRÄNING STRANDSKOLAN, LOMMA
Födda 2006 och tidigare LIVE PÅ FACEBOOK		Födda 2006 och tidigare UTE STRANDSKOLAN	Alla åldrar	12-29 år	30år +
Vitt-grönt bälte 18.15 - 19.15 Instruktör Peter Lundén Ingen anmälan krävs	Alla bälten 17.30 - 19.00 Instruktör David Kliba Anmälan görs på hemsidan	Alla bälten 18.30 - 19.30 Instruktör Daniel Ekberg Anmälan görs på hemsidan	Grönt bälte och uppåt 19.00 - 20.15 Instruktör Balli Lelinge Kontakta ballilelinge@gmail.com för Zoom-länk	Alla bälten 10.00 - 11.30 Instruktör Mia Mahmutovic Anmälan görs på hemsidan senast dagen innan kl 12 MAX 8 deltagare	Alla bälten 10.00 - 11.00 Instruktör Mats Bruér Anmälan görs på hemsidan MAX 8+8 deltagare
TEKNIK					KNATTETRÄNING
Födda 2005-2014 STRANDSKOLAN, LOMMA					ONLINE ZOOM