

Invitasjon til regionslagssamling

21. april 2018 – 10.00-16.00

Sted: Skålahallen

Vi ønsker å invitere dere til siste regionslagssamling for sesongen 2017/2018.

Samlingen kommer til å bestå av 3 økter à 1,5time.

1. økt (10.00-11.30) blir det fokus mot basic/mønster
2. økt (12.30-14.00) blir videre med mønster/lagmønster/spes.tek.
3. økt (14.30-16.00) blir fokus på sparring

Det nærmer seg slutten på konkurransesesongen 2017/2018, så alle som skal opp til rødt belte i løpet av sommeren får lov å delta.

Dette blir også ekstra trening for de som skal delta på Midt-norsk søndag 22. april og MR-cup i Ålesund søndag 29. april.

Til de av dere som vurderer å dra til World Cup i Australia, tar vi noe kjapp informasjon om dette også.

Mvh Regionslaget Northwest