



GRADERINGSSEMINAR



TREN OG FORBERED DEG TIL
VÅRENS SISTE GRADERING MED
NOEN AV DE BESTE
INSTRUKTØRER PÅ ØSTLANDET !

Leikvollhallen Søndag 24 november kl. 12.30-16.00

Adresse: Brages vei 5, 1387 Asker (v/ Askerhallen)

Master Garnæs har gleden av å
invitere til graderingsseminar i
Leikvollhallen for klubber på
Østlandet.

Det blir en detaljert gjennomgang
av pensum med svært dyktige
instruktører.

**Benytt denne muligheten til ekstra
trening før gradering.**



Oppmøte og registrering kl.12.00

Pris kr.200.- (vi har kortterminal)

Trening fra 12.30-16.00

Utstyr: Drakt, sparringsutstyr og mat.

Velkommen til trening...

Master Per Chr Garnæs. VIII Dan

