

# TRØNDELAG TKD UNG



Søndag 10. mars arrangerer vi treningssamling for regionens ungdommer. Dette er for alle som er mellom 13-18 år i 2024 (født 2011-2006), alle beltegrader. Samlingen holdes i klubbens lokaler på Lade, i Haakon VIIIs gate 2.

Samlingen vil inneholde «litt av alt», med både teknisk og fysisk trening fra 18.00-20.00. Treningen tilpasses slik at alle grader kan delta. Vi ønsker at de som har sparringsutstyr tar med dette. I tillegg blir det en sosial del med pizza og brus etter treningen, fra 20.00-21.00.

For å gi et best mulig treningsopplegg, samt planlegge innkjøp av mat, ønsker vi å vite hvem som blir med. Frist for påmelding og betaling er torsdag 7. mars. Påmeldingsskjema finner dere her:

<https://forms.monday.com/forms/87a8498575e132dc614b44653a285da0?r=use1>

Betaling 200,- på Vipps til #86565 Trondheim TKD arrangement. Merk betalingen med «Trøndelag TKD Ung» og navnet til deltageren.

Dersom dere har noen spørsmål, er det bare å ta kontakt med Gunnar Rugsveen på [gunnar@ntkd.no](mailto:gunnar@ntkd.no) eller tlf. 957 27 162.

## HVA:

Treningssamling  
for ungdom

## HVEM:

13-18 år (2011-2006)  
Alle beltegrader

## NÅR:

10. mars kl. 18.00-21.00  
Trening: 18.00-20.00  
Sosialt: 20.00-21.00

## HVOR:

Lade Sportsarena  
(Haakon VIIIs gate 2)

## PRIS:

200,-  
Betalas på Vipps:  
#86565 Trondheim TKD  
arrangement

