

Ji Do Kwan / Tae Kwon Do *Opettaa työskentelemään ryhmässä*

Harjoituksissa voi oppia itsepuolustusta, askelottelua, ottelemista, käsitekniikkaa (torjunnat / iskut), potkutekniikkaa, liikesarjoja (poomse). Taekwondo kehittää yleiskuntoa sekä nopeutta että notkeutta, kehon / mielen hallintaa, keskittymiskykyä, itsehillintää / kärsivällisyyttä.

Yhteystiedot: urjala.tkd (at) gmail.fi , Markus 044 5222522

Lajin synnyin maa: Korea

Harjoittelu on maksutonta.

Sopii kaiken ikäisille Naisille ja Miehillä / Tytöille ja Pojille.

Varustus: T-Paita ja verkkarit / Hyvä asenne.

Paikka: Urjalan liikuntahalli

Harjoitukset: Koulun lukuvuoden aikana ilmoitettuna aikana.