



태권도

# Agdersamling og Påskegradering 2019

Idda Arena, Kristiansand

## AGDERSAMLING, Torsdag 4. April:

I forbindelse med gradering tilbyr vår hovedinstruktør Master Hallgeir Betele (7. Dan) et treningsseminar, hvor hovedvekten ligger på graderingspensum for alle grader. Seminarene gir en gylden mulighet til å få finpusset og trent inn alt som kreves for å gjennomføre graderingen dagen etter.

Master Hallgeir er eksaminator og hovedinstruktør for 6 klubber. Han har trent Taekwon-Do i 35 år, vært landslagsutøver med medaljer fra store internasjonale stevner, og senere landslagstrener. Han har til sammen startet 6 klubber i det ganske land som alle fremdeles er i drift.

Sted

Idda Arena  
Møllevannsveien 36,  
Kristiansand

Tider

13 år+:  
kl. 18:00 – 21:00  
Under 13 år:  
kl. 18:00 – 19:30

Instruktører:

Master Hallgeir Betele, 7.dan, med god hjelp fra alle de ivrige instruktørene vi kjenner fra Agderklubbene

Påmelding/betaling (treningsamling)  
Ved fram møte (17:30 – 18:00)

Pris:

Barn, til og med barneskolen: kr 150,-  
Junior og voksne: kr 250,-



Husk å ta med niste, rikelig med drikke og masse god treningsiver og godt humør!

Spørsmål rundt både treningsamling og gradering kan rettes til Instruktørene i Arendal og Kristiansand, på trening, per E-post, Facebook eller telefon:

Arendal: André, 905 01 352  
[Arendal.ntkd.no](mailto:arendal.ntkd.no)

Kristiansand: Erik 934 80 147  
[kristiansand.ntkd.no](mailto:kristiansand.ntkd.no)



태권도

# Agdersamling og Påskegradering 2019

Idda Arena, Kristiansand

## SØRLANDSGRADERING, Fredag 5. April:



### Sted

Idda Arena  
Møllevannsveien 36,  
Kristiansand

### Klokkeslett:

kl. 18:00 – 21:00

### Eksaminator:

Master Hallgeir Betele, 7.dan

### Commandere:

Instruktørene vi kjenner fra Arendal og Kristiansand

### Pris:

Kr 300,-

Betales klubbvis senest uken før gradering.

*Kontant, Kontooverføring eller via Vipps*

**NB: Kontingent må være betalt før gradering!**



Vi gleder oss til å avslutte treningsåret med en real oppsummering!

Spørsmål rundt både treningsamling og gradering kan rettes til Instruktørene i Arendal og Kristiansand, på trening, per e-post, facebook eller telefon:

Arendal:       Andrè 905 01 352  
[Arendal.ntkd.no](mailto:Arendal.ntkd.no)

Kristiansand: Erik, 934 80 147  
[kristiansand.ntkd.no](mailto:kristiansand.ntkd.no)