

10. NATIONALE

SOMMERLEJR 2025



6. – 8. JUNI



INTERNATIONAL TAEKWON-DO FEDERATION
ИНТЕРНАЦИОНАЛЪ ТЪЕКВОН-ДО ФЕДЕРАЦИЯ



GLÆDE – FÆLLESSKAB – TRÆNING – NÆRVÆR

SORØ TAEKWON-DO KLUB INVITERER I SAMARBEJDE MED ITF DANMARK TIL SOMMERLEJR D. 6. - 8. JUNI

Lejren vil være for alle miniorer, aspiranter, juniorer og seniorer. Glæd jer til igen at mødes på en fantastisk og traditionsrig sommerlejr.

Der vil være flere træningsworkshop hen over weekenden og mulighed for mange andre aktiviteter, hygge og en tur til søen.

STED

Lejren afholdes centralt i Sorø med gåafstand til centrum, Akademihaven og badesøen.

Adressen er: Sorø Hallen, Ringstedvej 20, 4180 Sorø

TID

Fredag

17.00 – 18.30	Registrering og aftensmad
18.30 – 20.00	National Sortbæltegraduering
20.00 – 21.00	Fællestræning

Lørdag

07.30 – 9.00	Morgenmad i hallen
08.30 – 9.30	Happy Yoga
12.00 – 14.00	Frokost og fritid
17.00 – 18.30	Fællestræning
19.00 – 20.30	Aftensmad og fritid

Hal 1 (8-13år)

10.00 – 11.30	10.kup – 1.kup
14.00 – 15.00	10.kup – 1.kup

Hal 2 (+14år)

10.00 – 11.30	10.kup – 1.kup
14.00 – 16.00	10.kup – 1.kup

Hal 3A (+14år)

10.00 – 11.30	1.dan – 6.dan
14.00 – 16.00	1.dan – 6.dan

Hal 3B

10.00 – 11.30	Landssamling / Landsholdstræning
11.30 – 12.00	Master Class

Søndag

07.30 – 9.00	Morgenmad i hallen
08.30 – 9.30	Happy Yoga
10.00 – 12.30	Fællestræning
12.30 – 13.30	Frokost og oprydning

Overnatning

Det er muligt for alle at overnatte i hallen. Overnatning i hallen indgår i deltagerafgift. Det er en hyggelig begivenhed og der er et godt fælleskab. Du skal blot medbringe underlag/madras, sovepose/dyne, toiletsager og tøj.

Der kan bookes egen betalt overnatning på

Thon Partner Hotel Sorø	https://www.thonhotels.com
Hotel Krebshuset	http://www.krebshuset.com
Sorø Camping	http://www.soroecamping.dk

Mad

Der vil blive sørget for måltider under lejren. Har du allergi eller religiøse hensyn skal du meddele dette ved tilmelding.

Fredag: Aftensmad

Lørdag: Morgenmad, middagsmad, aftensmad

Søndag: Morgenmad, middagsmad

Pris

Deltagelse i lejren koster kr. 700,-

Prisen er inklusive alle måltider, overnatning i hallen og deltagelse i alle træningslektioner

Betaling sker via tilmelding til Sorø Taekwon-Do Klub senest d. 25. maj

Reg.nr.: 9883

Kontonr. 0000226035

IBAN: DK2598830000226035

BIC/SWIFT: SWESDK22

Tilmelding

Tilmelding skal ske via e-mail til

soroetaekwondoklub@gmail.com

med oplysning om klub, navn, køn, alder, bæltegrad og om du overnatter i hallen

Både aktive og passive deltagere må betale for deltagelse

Kontakt

Har du spørgsmål og brug for yderligere information kan du kontakte nedenstående:

Thomas Brandt

+45 3023 3039

president@itfdenmark.dk

**VI SER FREM TIL EN HERLIG WEEKEND FYLDT MED GODT HUMØR,
TAEKWON-DO OG ET FANTASTISK FÆLLESKAB**

Der tages forbehold for ændringer i tider og program