



SOMMERLEJR
I SORØ
2026
DEN 12. - 14. JUNI





SOMMERLEJR 2026

11. NATIONALE SOMMERLEJR

Glæde - Fælleskab
Træning - Nærvær

Sorø Taekwon-Do Klub inviterer i samarbejde med ITF Danmark til sommerlejr d. 12 - 14. juni 2026.

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

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. Husk at 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 og aftensmad

Søndag: Morgenmad og middagsmad



Program

Fredag

17:00 – 18:30	Registrering og aftensmad
18:30 – 20:00	National sortbæltegraduering
20:00 – 21:00	Fællestræning

Lørdag

07:30 – 09:00	Morgenmad i hallen
08:30 – 09:30	Happy Yoga
12:00 – 14:00	Frokost og fritid
17:00 – 18:30	Fællestræning
19:00 – 20:30	Aftensmad og fritid

Hal 1

10:00 – 11:30	Workshop 1A
14:00 – 15:00	Workshop 1B

Hal 2

10:00 – 11:30	Workshop 2A
14:00 – 16:00	Workshop 2B

Hal 3A

10:00 – 11:30	Workshop 3A
14:00 – 16:00	Workshop 3B

Hal 3B

10:00 – 12:00	Landsamling/Landsholdstræning
---------------	-------------------------------

Søndag

07:30 – 09:00	Morgenmad i hallen
08:30 – 09:30	Happy Yoga
10:00 – 12:30	Fællestræning
12:30 – 13:30	Frokost og oprydning

Der tages forbehold for ændringer i tider og program



Pris

Deltagelse i lejren koster kr. 700,-

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

Tilmelding

Tilmelding skal ske via e-mail til: soroetaekwondoklub@gmail.com

Din tilmelding skal indeholde oplysning om: Klub, navn, køn, alder, bæltegrad og om du overnatter i hallen.

Både aktive og passive deltager må betale for deltagelse.

Betaling

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

Reg.nr.: 9883

Kontonr. 0000226035

IBAN: DK2598830000226035

BIC/SWIFT: SWESDK22

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.



Ved tilmelding accepterer du, at ITF Danmark anvender billeder taget på lejren på sociale medier og til promovring.