



Open Sparring Seminar

2.8.2015

RasBudo ITF Taekwon-do rf

RasBudo ITF Taekwon-do rf järjestää otteluseminaarin 19-20.9 alk kl 10.00

Seminaarin vetäjinä moninkertaiset maailman ja Euroopan mestarit, Konstantin Yurikov ja Evgeny Otsimik - RUSSIAN ITF TAEKWON-DO

Seminari on avoin ja osallistua voi kaikki, ottelu kokemuksesta riipumatta.

- Paikka:** RasBudo Center, Raaseporintie 39, 10600 Tammisaari
- Aika:** 19-20.9.2015 Kl: 10.00 – 17.00
- Varusteet:** Täysi otteluvarustus (RasBudolla on lainatava myös noin 10kpl)
- Seminarin aikataulu:** Alkaa kl 10.00 ja tauko noin kahden tunnein väliin, ruokatunti noin 13.00 -14.00 Seminaari loppu noin 17.00 molemat päivät.
RasBudon kautta voi aamulla tilata eri salattia tai vaikka pizza ja kebab joka tuodaan sitten ruokatauolla. **
- Seminarin maksu:** Yhdenpäivän (lauantai) 40eur, molemmat päivät 80eur
- Ilmoittauttuminen:** Maksamalla seminarium maksun
- Saaja:** RasBudo ITF Taekwon-do rf,
- IBAN:** FI93 5553 0320 0285 82
- BIC:** OKOYFIHH
- Viesti osastoon: Nimi/nimet ja "sparring seminar"
Ja s-postilla: rafael.kesti@gmail.com
- Lisätietoja:** Rafael Kesti, rafael.kesti@gmail.com 0445976432

**

Private sessions with Yurikov and Otsimik!

For only 30€ you will get a 30 min private training session with the best. Spar with multiple Europe and World champions Otsimik and Yurikov get training tips and corrections on sparring techniques. The private sessions will be before or after the seminar, morning or afternoon Saturday or Sunday.

Book your own time with the champions by sending mail to rafael.kesti@gmail.com. Payment in cash euros. Note that this will be in addition to the seminar fee.