

Terminliste Ringerike TKD vår 2008

Måned	Uke	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Aktiviteter	
Januar	1	--	----	--	----	2 Anders/Camila 3 Roger	
	2	7	Anny/Jostein	8 Per-Ivar	9 Anders/Camila 10 Kim		
	3	14	Anny/Jostein	15 Per-Ivar	16 Anders/Camila 17 Roger		
	4	21	Anny/Jostein	22 Per-Ivar	23 Anders/Camila 24 Kim		
	5	28	Anny/Jostein	29 Per-Ivar	30 Anders/Camila 31 Roger		
Februar	6	4	Anny/Jostein	5 Per-Ivar	6 Anders/Camila 7 Kim	(vinterferie)	
	7	11	Anny/Jostein	12 Geir	13 Anders/Camila 14 Roger		
	8	18	Anny/Jostein	19 Geir	20 Anders/Camila 21 Kim		
	9	25	Anny/Jostein	26 Geir	27 Anders/Camila 28 Roger		
Mars	10	3	Anny/Jostein	4 Geir	5 Anders/Camila 6 Kim		
	11	10	Anny/Jostein	11 Geir	12 Anders/Camila 13 Roger		
	12	17	Anny/Jostein	18 Geir	19 ----- 20 -----		
	13	24	-----	25 Geir	26 Anders/Camila 27 Kim		
	14	31	Anny/Jostein	--	----		--
April	14		Anny/Jostein	1 Geir	2 Anders/Camila 3 Roger		
	15	7	Anny/Jostein	8 Geir	9 Anders/Camila 10 Kim		
	16	14	Anny/Jostein	15 Geir	16 Anders/Camila 17 Roger		
	17	21	Anny/Jostein	22 Geir	23 Anders/Camila 24 Kim		
	18	28	Anny/Jostein	29 Geir	30 Anders/Camila --		----
Mai	19	--	----	--	----	1 Roger	
	19	5	Anny/Jostein	6 Geir	7 Anders/Camila 8 Kim		
	20	12	-----	13 Geir	14 Anders/Camila 15 Roger		
	21	19	Anny/Jostein	20 Geir	21 Anders/Camila 22 Kim		
	22	26	Anny/Jostein	27 Geir	28 Anders/Camila 29 Roger		
Juni	23	2	Anny/Jostein	3 Geir	4 Anders/Camila 5 Kim		
	24	9	Anny/Jostein	10 Geir	11 Anders/Camila 12 Roger		
	25	16	Anny/Jostein	17 Geir	18 Anders/Camila 19 Kim		
	26/27	TTU sommerleir.					
Sum dager							

Våre Instruktører

Ungdom og voksne.

Geir Karlsen	3 Dan	91699587	post@ringeriketkd.com
Roger A Lippert	3 Dan	90861151	roger@ringeriketkd.com
Per Ivar Pedersen	2 Dan	48867387	mohitospip@hotmail.com
Nils Erik Jørgensen	1 Dan	95062790	nilserik@online.no
Kim R Pedersen	1 Dan	90071231	kim@ringeriketkd.com

Barn 1 og 2.

Anders S Helmen	1 cup	95727266	a_helmen@hotmail.com
Camilla Cho	1 cup	95081959	cc_totheend@hotmail.com
Anny	2 cup	94385971	anny_aas@msn.com
Jostein Kvale	2 cup	47870096	jozzey@hotmail.com

Søndager 13.00 - 15.00 Konkuranse trening i TKD rommet med Kim/ Per-Ivar/Anders. Eller fellestrening med Karate/MMA i kampsport rommet nede.

uke 21-23 gradering med Master John Lennart løbakk.
Uke 15-17 Trening med Grandmaster cho.
uke 10-11 lørdagstrening med Master John, Eller Master Thomas.

Disse datoene blir fastsatt i løpet av februar.

Treningstider.	
Mandag.	Tirsdag.
17.45 - 19.00 Barn 1	18.00 - 19.30 Ungdom
19.00 - 20.15 Barn 2	19.30 - 21.00 Ungdo og Voksne
Onsdag.	Torsdag.
17.45 - 19.00 Barn 1	18.00 - 19.30 Ungdom
19.00 - 20.15 Barn 2	19.30 - 21.00 Ungdom og Voksne

www.ringeriketkd.com