

## Taekwondo hold for alle tidligere udøvere



- Ligger din dobok og bliver støvet?
- Savner du at træne?
- Kan du huske det gode sammenhold?
- Kan du huske den sjove træning og den fede fornemmelse efter træning?
- Har du en skade, som bremser din træning, eller er du ikke så smidig mere?
- Ligger taegeuk/poomse langt væk?
- Drømmer du om comeback men to dages træning om ugen er måske meget?
- Bare rolig - du er ikke den eneste, og vi kan hjælpe dig.

Vi har godt nyt at fortælle dig. 😊

### Nyt hold for dig

Favrskov Taekwondo Klub tilbyder nu et nyt hold for tidligere udøvere. Vi tager udgangspunkt i den enkelte elev og tilrettelægger træningen, således alle kan følge med uanset, hvilke skader/udfordringer du har eller hvilket niveau du er på.

Det er aldrig for sent at starte igen. Vi hjælper og guider dig i gang.

Favrskov Taekwondo Klub har fået bevilget penge til holdet af DIF og DGI's foreningspulje.

Det betyder at du kan træne GRATIS i de første 3 måneder.

Det er derfor oplagt at starte *nu*.

### Hvordan kommer du i gang?

Holdet starter onsdag d. 23/9 kl. 19.15-20.45.

Vi træner én gang om ugen.

Holdet er for voksne og unge over 16 år, M/K.

Du møder bare op til træningen.

Du kan godt glæde dig. Instruktøren er Ole Jepsen, 7. Dan.

Har du spørgsmål til holdet, er du velkommen til at kontakte Ole på mail: [formand@chungmoo.dk](mailto:formand@chungmoo.dk).

Favrskov Taekwondo Klub

Thomsensvej 2B

8370 Hadsten

[www.chungmoo.dk](http://www.chungmoo.dk)

<https://www.facebook.com/DetSkerIFavrskovTaekwondoKlub>

