

Hosinsul 2012

Selvforsvar med sab. Roy Rolstad, IV. Dan

NTN TAEKWON-DO

25-26 februar 2012

Tema: Hosinsul fra mønstrene

Teknisk arrangør:



Åndalsnes taekwon-do-klubb

Kontakt person: Trond Trippestad

Tlf: 901 87 857 E-post: trond.trippestad@wistlastbuss.no atkd.no

Sted:

Samfunnssalen I Isfjordshallen
6320 Isfjorden
Alle veier fører til Isfjorden ☺ fly, tog, buss og bil.
Vei beskrivelse finnes på atkd.no, fane Hosinsul 2011

Tidskjema:

alle tider er ca. tider

Lørdag 25.2.12

Oppstilling kl.09,50
Hosinsul 2012, kl.10.00→12.00
Felles foto og matpause kl.12.00→13.00
Hosinsul 2012, kl.13.00→16.30

Søndag 26.2.12

Oppstilling kl. 09,20
Hosinsul 2012, kl. 9.30→12.00
Matpause kl. 12.00→12.45
Hosinsul 2012, kl 12.45→16.00

Sosial middag lørdag 25.2.12

Det blir sosial middag på Mamma Rosa kl. 19.00
Meny 1: **Biffsnadder m/salat og pommefrites kr.160**
Meny 2: **Kylling kebab m/salat og pommefrites kr. 140**
Begge menyene serveres med ½ L brus
Viss det er noen som mangler skyss til middagen, så gi beskjed ved oppmøte så blir det ordnet.

Hvem kan delta:

Alle som har betalt kontingent, er fylt 12 år og innehar gult belte

Påmelding:

Påmeldingsavgift **kr. 450,-**
Påmelding skjer samlet fra hver klubb. Samlet påmelding gjøres til andalsnes-tdk@hotmail.no på exel ark, som inneholder, Navn (etternavn, fornavn), grad, alder, Klubb overnatting sovesal (ja/nei), deltagelse på middag (ja/nei), meny 1 eller 2

Overnatting:

Sovesal: Samfunnssalen kr. 75.- m/frokost søndag
Mulighet for overnatting fredag-lørdag, ta kontakt med Trond Trippestad 901 87 857
Grand hotell Åndalsnes tlf.:71 22 10 23
pris enkeltrom 705.-
Pris dobbelt rom 905.-
Oppgi: ref. *Hosinsul* ved bestilling

Påmeldingsfrist:

Senest søndag 12.02.2012
Betaling gjøres samlet fra hver klubb innen 12.02.2012
Til Åndalsnes taekwon-do-klubb's konto:
4087.10.40801

Kontant betaling ved oppmøte *ikke* mulig.
Vi gjør oppmerksom på at påmelding er bindene.

Utstyr:

Det er påbudt med godkjent dobok for NTN taekwon-do. Ta med robuste hverdagsklær til bruk den ene økten.

Doping:

Norges idrettsforbunds (NIF) til enhver tid gjeldene dopingregler gjelder under hele arrangementet.

Mer informasjon finnes på vår hjemmeside atkd.no /fane Hosinsul 2012

Eller kontakte Leder på Tlf: 901 87 857 eller E-post: trond.trippestad@wistlastbuss.no

Vi har kiosk i pausene med mat og drikke.

Vi ønsker alle hjertelig velkommen til et lærerrikt og hyggelig Hosinsul seminar.

Åndalsnes NTN Taekwon-do-klubb