

MÖNSTERTRÄNING



Poomsae

Behöver du träna på något mönster inför graderingen?

Kom då på något av våra extrapass där vi fokuserar på just mönster!

Oavsett ålder eller mönster så anpassar vi lektionen så att ni får träna de mönster ni behöver.

Följande tider finns

Lördag den 17 april	12:30-13:30
Lördag den 24 april	12:30-13:30
Lördag den 1 maj	12:30-13:30
Lördag den 8 maj	12:30-13:30



Mönster	Del	För att ta bälte
Taegeuk IL jang	Första mönstret	För grönt
Taegeuk IY jang	Andra mönstret	För grönt med blått streck
Taegeuk SAM jang	Tredje mönstret	För blått
Taegeuk SA jang	Fjärde mönstret	För blått med rött streck
Taegeuk OH jang	Femte mönstret	För rött (övergång till avancerad)
Taegeuk YUK jang	Sjätte mönstret	För rött med ett svart streck
Taegeuk CHIL jang	Sjunde mönstret	För rött med två svarta streck
Taegeuk PAL jang	Åttonde mönstret	För rött med tre svarta streck

Hjärtligt välkomna!