



CHRISTIANIA TAEKWON-DO KLUBB

Vi starter nybegynnergrupper på Ruseløkka skole!



Taekwon-Do er en morsom og spennende aktivitet med stor variasjon, hvor du utvikler god styrke, kondisjon, motorikk og balanse. Du lærer selvforsvar, samtidig som du kjenner gleden av fysisk aktivitet. Vi har et inkluderende miljø, basert på vennlighet og godt samhold.



Taekwon-Do er en aktivitet som passer for alle. Du trener ut fra dine egne forutsetninger. På trening blir alle sett av instruktøren, som motiverer og hjelper deg slik at du får god mestringsfølelse og bedre selvtillit.

Hos oss møter du kvalifiserte instruktører, med godt humør. Du vil oppleve orden og struktur, som gir deg bedre konsentrasjon og fokus. Våre faste rammer bidrar til trygghet på trening.



Taekwon-Do er en verdibasert aktivitet, med gode rollemodeller som formidler etikk og sunne verdier.

Vi starter nybegynnergrupper på Ruseløkka skole

Sted: Ruseløkka skole

Barn 7-12 år: 18:00-19:00

Ungdom og voksne: 19:00-20:30

Scan QR-koden
for mer
informasjon



WWW.CTKD.NO