



TAIDO

-nykyaikainen budolaji



NÄYTÖS

Keskiviikkona 29.8.2012 klo 18.30

Keravanjoen koulun liikuntasali (Jaakkolantie 8)

Löydät meidät myös Kerava Liikkuu –
tapahtumasta Keravan kävelykadulta 1.9.!

Tervetuloa tutustumaan
nykyaikaiseen japanilaiseen
kamppailulajiin, joka tarjoaa
monipuolisen harrastuksen ikään
ja sukupuoleen katsomatta!

SANDOKAIN KURSSIT ALKAVAT!

SYKSYN 2012 KURSSIT

Taido Core on nuorille ja aikuisille suunnattu harjoitteluryhmä, jossa tavoitteena on kohottaa kuntoa sekä kehittää peruskamppailutaitoja ja kehonhallintaa. Taido Core harjoittelee kahdesti viikossa: keskiviikkoisin klo 18.15-19.15 sekä lauantaisin klo 11-12.

Taido Core –kurssin voi aloittaa jokaisen kuukauden alussa!

Taido Kids -kurssillamme 7-12 –vuotiaat juniorikurssilaiset harjoittelevat perusliikuntataitoja, leikkivät sekä opettelevat taidon perusteita. Taido Kids –alkeiskurssilaiset harjoittelevat kerran viikossa: lauantaisin klo 11-12.

Taido Kids –kurssille otetaan uusia harrastajia koko elo- ja syyskuun ajan!

Mukaan pääset saapumalla paikalle em. harjoitusaikoina. Voit ilmoittautua myös puhelimitse kurssivetäjillemme! Harjoitusasuksi kursseilla riittää verryttelyasu. Salille tullessa varpaat pestään, sillä harjoittelemme paljain jaloin. Lisäksi pitkät hiukset tulee olla sidottuina sekä korut poistettuna turvallisuussyistä.

Yhteystiedot:

Taido Core: Marko p. 040 8617214 / Taido Kids: Riina 040 0167236

Lisätietoja kursseista ja paljon muuta löydät uudistuneilta sivuiltamme www.sandokai.fi