

**NTN**NATIONAL
TAEKWON-DO
NORWAY

Velkommen til en ny sesong med team (B)east!

Vi ønsker velkommen til nytt uttak til regionslaget. Regionslaget er for deg som ønsker å utvikle deg som konkurranseutøver og bli en del av et fellesskap med andre konkurranseinteresserte utøvere.

Hvem kan delta: Regionslaget i år blir for både junior- og seniorutøvere.

Grad: Rødt og sort belte

Alder: Utøver født 2012 og tidligere

Trening og konkurranser:

Det vil bli holdt månedlige treninger i sesongen september til november og januar til mai, med mulighet for flere før mesterskap. Utøvere som kvalifiserer/tas ut forventes å stille på oppsatte treninger gjennom sesongen, Østlandscup og Norges-/Landsmesterskap og vil også få muligheten til å kunne delta i lagkonkurransene under NM/LM.

Tid og Sted: Uttakssamlingen vil foregå 10.september kl. 18:00-22:00 i Christiania Taekwon-do klubb i Bjørnsletta flerbrukshall, Åsjordet 5, 0381 Oslo.

Påmelding: Vi ønsker at klubbinstruktører godkjenner og melder opp utøvere som er interessert i konkurranse og ønsker å delta på regionslaget via følgende Google-skjema:

<https://forms.office.com/e/sMs318xivQ>

Påmeldingsfristen for regionslagsuttaket er 31.august

Pris: Avgiften for å delta på regionslaget vil være 1'500,- per halvår. Klubbene vil bli fakturert for utøvere som kommer med på laget på høstsemesteret og vårsemesteret.

Instruktører: Regionslagstreningene vil ledes av:

Arne Martin Vik	4.Dan	958 13 348	arne@ctkd.no
Nanna Brekke Medin	4.dan	984 68 693	nannamedin@gmail.com
André Roshan	3.dan	905 01 352	andre@arendal-tkd.no
Simen Selvik Nordang	3.dan	915 31 939	simen@askertkd.no

Dersom dere har spørsmål om regionslaget eller uttaket, er vi tilgjengelige for spørsmål via alle kanaler.

Vel møtt!

Med vennlig hilsen

GrandMaster Per Christian Garnæs, 9. dan

Leder, Region Østlandet