

Träningsinformation Grupp C

Hoppas att ni alla haft en fin sommar! Nu är det snart dags för träningsstart igen.

För att få en säker start på terminen så kommer vi inleda höstterminen med träning utomhus för våra äldre grupper.

Precis som innan sommaruppehållet tränar vi på grönområdet bredvid träningslokalen.

Vid utträningen behöver man inte ha dräkt och bälte på sig utan har vanliga träningskläder och träningskor på sig. En vattenflaska är bra att ha med.

Vi har inledningsvis gjort en planering för veckorna 33-35 som ni kan se här:

http://www.skovdetkd.se/kalendarium/schema_ht_21_uppstart.pdf

Observera att tiderna skiljer sig från ordinarie träningschema.

Anpassade träningstider för Grupp C är måndagar och onsdagar kl. 17.00-18.00.

Samling för upprop på parkeringsplatsen utanför entrén till träningslokalen kl. 16.45-16.55.

Vi kommer starta träningen för höstterminen med samma anpassningar som innan sommaruppehållet.

Det innebär att man kommer ombytt till träningen och att endast de som tränar i grupper med inomhusträning har tillgång till träningslokalen.

Dags för träningsstart på onsdag 25 augusti!

Mvh // Petra

Skövde Taekwon-Do