

POTKUNYRKKEILYN ALUELEIRI JYVÄSKYLÄ 13.-14.12.2025

Ohjaaja Anne Katas, 2. dan

Paikka Jigotai Kickboxing, Kuokkalan Graniitti
Pohjanlahdentie 12, Jyväskylä

Kenelle Leiri on tarkoitettu kaikille Suomen Potkunyrkkeilyliiton jäsenseurojen harrastajille, joilla on potkunyrkkeilypassi sekä voimassa oleva lajilisenssi.

Varusteet Leirillä opetetaan toimivaa potkunyrkkeilytekniikkaa- ja taktiikkaa. Leirille tarvitaan varusteiksi vähintään nyrkkeilyhanskat, säärisuojat, hammasuojat ja miehillä alasuojat.

Aikataulu Lauantai 13.12.
10.00 – 10.30 rekisteröityminen
10.30 – 12.00 harjoitus 1
12.15 – 14.00 vyökoe
14.00 – 16.00 tauko
16.00 – 17.30 harjoitus 2

Sunnuntai 14.12.
10.00 – 11.30 harjoitus 3
11.30 – 13.30 tauko
13.30 – 15.00 harjoitus 4

Vyökokeet Leirin yhteydessä on mahdollista suorittaa vyökokeita keltaisesta vihreään.

Hinta	koko leiri	40€
	yksi harjoitus	20€
	keltaisen vyön koe	20€
	oranssin vyön koe	30 €
	vihreän vyön koe	50€

Ilmoittautumiset ja maksut osoitteessa
www.suomisport.fi

Lisätietoja kickboxing.jigotai@gmail.com
toimisto@kickboxing.fi

Järjestäjät Jigotai Kickboxing ja Suomen Potkunyrkkeilyliitto
kickboxing.fi
jigotai.fi

