

POTKUNYRKKEILYN ALUELEIRI HELSINKI 15.-16.11.2025

Ohjaaja Sandra Roos

Paikka GB Gym ry
Mekaanikonkatu 21, Helsinki

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
10:30- 12:00 harjoitus
14:30- 16:00 harjoitus
16:15 vyökokeet

Sunnuntai
10:30- 12:00 harjoitus
14:30- 16:00 harjoitus

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 sandramroos@gmail.com
toimisto@kickboxing.fi

Järjestäjät GB Gym ry ja Suomen Potkunyrkkeilyliitto
kickboxing.fi
gbgym.com

