

POTKUNYRKKEILYN ALUELEIRI KERAVALLA 17.5.2026

Ohjaaja	Anna-Leena Riekkola, 4. dan
Paikka	Ahjo Training Center Palopellonkatu 7, Kerava
Kenelle	Leiri on tarkoitettu kaikille Suomen Potkunyrkkeilyliiton jäsenseurojen harrastajille, joilla on potkunyrkkeilypassi sekä voimassa oleva lajilisenssi. Leirillä opetetaan toimivaa potkunyrkkeilytekniikkaa- ja taktiikkaa.
Varusteet	Leirille tarvitaan varusteiksi vähintään nyrkkeilyhanskat, säärisuojat, hammas-suojat ja miehillä alasuojat.
Aikataulu	Su 17.5. 10:00-10:30 rekisteröityminen 10:30- 12:00 harjoitus 12:00-13:00 lounas 13:00- 14:30 harjoitus 15:00 vyökokeet
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€
Lisätietoja	Alina Särkinen, alina.sarkinen@hotmail.com
Järjestäjät	Ahjo TrainingCenter Suomen Potkunyrkkeilyliitto ahjotrainingcenter.fi kickboxing.fi



Ilmoittautumiset ja maksut osoitteessa www.suomisport.fi