

POTKUNYRKKEILYN ALUELEIRI HELSINGISSÄ 7.11.2026

Ohjaaja Anne Katas, 3. dan

Paikka GB Gym ry:n harjoitustilat
Mekaanikonkatu 21, Helsinki

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 klo 9:30-11.00 harjoitukset
klo 11:30 vyökokeet
klo 13:00-14.30 harjoitukset

Vyökokeet Leirin yhteydessä on mahdollista suorittaa vyökokeita keltaisesta vihreään.

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

Ilmoittautumiset ja maksut osoitteessa
www.suomisport.fi

Lisätietoja Sandra Roos
sandramroos@gmail.com
050 522 1408

Suomen Potkunyrkkeilyliiton toimisto:
toimisto@kickboxing.fi

Järjestäjät GB Gym ry ja Suomen Potkunyrkkeilyliitto

