

POTKUNYRKKEILYN ALUELEIRI OULUSSA 31.10-1.11.2026

Ohjaaja: Pasi Rantala 6.dan
maailmanmestari

Paikka: Värtön liikuntahalli
Kurkelankuja 2, Oulu

Kenelle: Leiri on tarkoitettu kaikille Suomen
Potkunyrkkeilyliiton jäsenseurojen
potkunyrkkeilijöille, joilla on potkunyrkkeilypassi
sekä voimassa oleva lajilisenssi.
Leirillä opetetaan toimivaa ja monipuolista
potkunyrkkeilytekniikkaa ja -taktiikkaa.

Varusteet: Leirille tarvitaan varusteiksi nyrkkeilyhanskat,
säärisuojat, hammassuojat, alasuojat ja
mielellään myös pääsuoja.

Aikataulu: La 31.10.
klo 12.00-13.30 harjoitus 1
klo 13.30 Danklubi
klo 16.00 - 17.30 harjoitus 2
klo 17.30 vyökoheet

Su 1.11.
klo 10.00-11.30 harjoitus 3
klo 13.00 -14.30 harjoitus 4

Vyökoheet: Osallistujilla on leirin yhteydessä mahdollisuus
suorittaa vyökokeita keltaisesta vihreään.

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

Ilmoittautumiset ja maksut osoitteessa www.suomisport.fi

Lisätietoja: Leif Stenius, info@kickboxingteam.com, puh. 0400 585 287

Järjestäjät: Kickbocing Team Oulu ja Suomen Potkunyrkkeilyliitto

