

# KICKBOXINGLEIRI 6-7.5.2017

## Old Steel Gym

Leirin valmentajana toimii ammattinyrkkeilijä ja lajin kolminkertainen  
**maailmanmestari**

- Kuntoilumuoto, joka yhdistää lyönnit nyrkkeilystä ja potkut karatesta.
- Monipuolisia kuntoharjoitteita ja tekniikoita pareittain. Sekä vasta-alkajat että edistyneemmät ovat tervetulleita mukaan.
- Treenit ovat kaikille yli 15-vuotiaille miehille ja naisille ja on kaksikielinen.
- Pohjakuntoa ei tarvita joten kaikki mukaan kokeilemaan rohkeasti, takuulla pidetään hauskoja harjoituksia yhdessä!
- La 6.5 klo 17-18.30  
Su 7.5 klo 10-11.30 ja 13.00-14.30
- Leiri järjestetään yhteistyössä Old Steel Gymin ja Kristiinankaupungin kansalaisopiston kanssa.

# Jarkko Jussila



### Ilmoittautumiset:

**Sitovat ilmoittautumiset 28.4.2017 mennessä maksamalla leirin hinta 50e Kim Hautaviidalle.**

kim\_hautaviita@hotmail.com 044-2578069

**TERVETULO!**