



# TEHOTIIMI 20.8.2022

**U11-U13 Tehotiimin treenipäivä 20.8. Rajatorpan kalliosuojassa. Rajatorpantie 27. Kalliosuojan ovikoodi löytyy ovesta.**

**11.00-12.30 tekniikkaa ja erilaisia harjoitteita**

**12.30-13.30 evästauko (omat eväät)**

**13.30-15.00 tehtävärandoreita**

**Ohjaajina: Samuli Markkanen ja Markku Ilvonen**

**Syksyn tehotiimimaksu 40€/osallistuja veloitetaan seuralta. Ensimmäinen kokeilukerta veloituksetta.**

**Kysy lisää omalta koutsilta tai soita 0400 537 815 tai meilaa [markku.judo@gmail.com](mailto:markku.judo@gmail.com).**

**Tervetuloa!**