

LÄNKYN TAEKWONDO RY Kangasala					TEEMAT 2023 KEVÄT, VER 1.0/3.1.2023
					Koulun kevät-kausi 9.1.-3.6.2023. Koulun talviloma 27.2.-5.3.2023 ja pääsiäisloma 6.-10.4.2023.
					Teemojen aiheita ja järjestystä voidaan muuttaa SimUU-leirin tai muun syyn takia. Ylempien värvöiden vyönäyttöjä voidaan pitää myös muina aikoina ja muiden seurojen kanssa yhteistyössä
Viikko	La	Su	Ti	Ke	Kevään 2021 teemat
Vko 1			3.1.	4.1.	3.-4.1. Kinkun sulatustreenit ohjelman mukaaan. 6.1. Loppiaisleiri Mikkelissä
Vko 1->2	7.1.	8.1.	10.1.	11.1.	7.1. klo 12-14 Liikkuvuustestaus (kaikki) ja klo 14-16 Lajiesittelyn harjoittelu (kaikki)
Vko 2->3	14.1.	15.1.	17.1.	18.1.	14.1. klo 12 Lajiesittely (kaikki) ja uusi alkeiskurssi alkaa. 1. Potkut paikalla ja liikkeessä
Vko 3->4	21.1.	22.1.	24.1.	25.1.	5. Hosinsul (itsepuolustus) ja hosinsul askel-ottelu
Vko 4->5	28.1.	29.1.	31.1.	1.2.	2. Torjunnat ja lyönnit paikalla ja liikkeessä
Vko 5->6	4.2.	5.2.	7.2.	8.2.	4. Poomsae (liikesarjat) ja askel-ottelu
Vko 6->7	11.2.	12.2.	14.2.	15.2.	3. Kyorugi (kilpaottelu) ja murskaus . Lasten plus -näytöt
Vko 7->8	18.2.	19.2.	21.2.	22.2.	1. Potkut paikalla ja liikkeessä.
Vko 8->9	25.2.	26.2.	28.2.	1.3.	2. Torjunnat ja lyönnit paikalla ja liikkeessä.
Vko 9->10	4.3.	5.3.	7.3.	8.3.	3. Kyorugi (kilpaottelu) ja murskaus .
Vko 10->11	11.3.	12.3.	14.3.	15.3.	4. Poomsae (liikesarjat) ja askel-ottelu .
Vko 11->12	18.3.	19.3.	21.3.	22.3.	5. Hosinsul (itsepuolustus) ja hosinsul askel-ottelu
Vko 12->13	25.3.	26.3.	28.3.	29.3.	Näytöt: Alkeiskurssin 9.kup , muut 7.kup alkaen, lasten plus -näytöt (eri ohjelma)
Vko 13->14	1.4.	2.4.	4.4.	5.4.	1. Potkut paikalla ja liikkeessä.
Vko 14->15	8.4.	9.4.	11.4.	12.4.	2. Torjunnat ja lyönnit paikalla ja liikkeessä.
Vko 15->16	15.4.	16.4.	18.4.	19.4.	3. Kyorugi (kilpaottelu) ja murskaus .
Vko 16->17	22.4.	23.4.	25.4.	26.4.	4. Poomsae (liikesarjat) ja askel-ottelu .
Vko 17->18	29.4.	30.4.	2.5.	3.5.	5. Hosinsul (itsepuolustus) ja hosinsul askel-ottelu
Vko 18	6.5.	7.5.			Näytöt: Alkeiskurssin 8.kup , muiden 7.kup alkaen lasten plus -näytöt (eri ohjelma)
Vko19->					Kesäkausi alkaa 8.5.2023. Treenipäivät ja ajat ilmoitetaan myöhemmin.

Next Step leirit, samalla näyttöharjoitus - su - su
Sinistys- ja punastusleirit, samalla näyttöharjoitus - su - su
Dan-leirit, henkilökohtaisten dan-suunnitelmien päivitys ja tarkastelu, samalla näyttöharjoitus - su 12.2.2023 klo 10-15 - su 26.3.2023 klo 10-15