

# KICK BOXING PERUSKURSSI



Kickboxing peruskurssi alkaa 6.10.2014 Lapinjärven liikuntahallissa (Kirkonkylän koulu: Koulutie 16 Lapinjärvi).



Kurssi on tarkoitettu kaikille liikunnasta, kamppailulajeista ja itsepuolustuksesta kiinnostuneille 15 vuotta täyttäneille henkilöille.

Peruskurssin tavoitteet: kunnan kohoaminen, kicboxing:n perusasento ja liikkuminen, peruslyöntien ja -potkujen oppiminen ja itsepuolustustaidon kehittyminen.

Peruskurssi kestää 2kk Hinta: 40e  
(sisältää Lapinjärven Lukon vuosimaksun).

**PERUSKURSSI: 6.10. - 4.12. 2014**

**LAPINJÄRVEN LIIKUNTAHALLI**

MAANANTAINA: 19:30 - 20:30

TORSTAINA: 18:30 - 19:30

Järjestävä urheiluseura: Lapinjärven Lukko RY

Päähjaaja: Mika Malén 1.Dan Kickboxing

Tiedustelut: Mika 0400 558 493