

# Open sparringsdag

## 22 december 2024



*'Wil je ook training krijgen van bondscoach Rafik Zohri en sparren met selectieleden van TeamNL?'*



### TIJD

12.00 - 15.00 uur

### VOOR WIE?

Geboortjaar: 2009 en eerder  
Vanaf 4e Geup (Blauwe band)

### LOCATIE

Gymzaal 't Karregat  
Urkhovenseweg 6  
5641 KE Eindhoven

Aanmelding uiterlijk **20 december** via [info@taekwondobond.nl](mailto:info@taekwondobond.nl)  
Alleen voor TBN-leden.

#### VERMELDEN BIJ AANMELDING

naam, geboortjaar, bandgraduatie, gewicht en TBN-lidnummer

#### ZELF MEENEMEN

dobok, beschermers (arm, been, mond, hoofd, toque, evt. voetbeschermers), pantser, flappen