

3.-4. TOUKOKUUTA 2025

JÄTKÄSAARI, HELSINKI



HELSINGIN YLIOPISTON TAEKWON-DO

KUTSUU SINUT

LIIKESARJA- LEIRILLE

OPETTAJINA

MARIELLE LIND MADELEINE LIND

5. DAN

2 X MM-KULTA
7 X WORLD CUP -KULTA
9 X EM-KULTA

4. DAN

3 X MM-KULTA
5 X WORLD CUP -KULTA
11 X EM-KULTA

ILMOITTAUDU MUKAAN

TÄTÄ LEIRIÄ ET HALUA MISSATA!

Helsingin yliopiston Taekwon-Don järjestämä liikesarjaleiri

Tervetuloa Helsingin yliopiston Taekwon-Don järjestämälle liikesarjaleirille **Helsinkiin 3.-4. toukokuuta 2025!**

Leiri on avoin Suomen ITF Taekwon-Do ry:n jäsenseuroille ja kaikille 14 vuotta täyttäneille harrastajille 8. gupista eli keltaisesta vyöstä alkaen.

Leirin opettajina toimivat moninkertaiset liikesarjojen ja näytösottelun maailmanmestarit, Euroopan mestarit ja World Cup -voittajat, norjalaiset **Marielle Lind, 5. Dan**, ja **Madeleine Lind, 4. Dan**. Sabum Marielle on kaksinkertainen maailmanmestari, seitsenkertainen World Cup -kultamitalisti ja yhdeksänkertainen Euroopan mestari. Sabum Madeleine taas on voittanut kolme MM-kultaa, viisi World Cup -kultaa sekä 11 EM-kultaa.

Leirillä keskitytään liikesarjoihin, ja maailmanmestarit jakavatkin omat vinkkinsä niin liikesarjojen harjoitteluun kuin esittämiseenkin.

Lämpimästi tervetuloa mukaan!

Pyydämme seurojen edustajia tuomaan mukanaan potkumaaleja käytettäväksi leirillä.

Harjoitusajat

Lauantai 3.5.

10.00–11.30 Harjoitus 1
11.30–11.45 Ryhmäkuva
11.45–13.45 Lounastauko
13.45–15.30 Harjoitus 2
15.30–15.45 Tauko
15.45–16.45 Harjoitus 3
16.45–17.45 Mustien vöiden harjoitus

19.30 Illallinen

Sunnuntai 4.5.

10.00–12.00 Harjoitus 4
12.00–13.30 Lounastauko
13.30–15.00 Harjoitus 5

Leiripaikka

Leiripaikkana toimii **Jätkäsaaren koulun liikuntasali** (Hyväntoivonkatu 1, Helsinki). Google Mapsin avulla navigoidessa osoitteeksi kannattaa laittaa **Poseidongränden 1**. Leirisali on erillsrakennus Jätkäsaaren kuplahallin ja Lidl Jätkäsaaren välissä. Suosittelemme saapumaan paikalle julkisilla liikennevälineillä, esimerkiksi raitiovaunulinjat 7 ja 9 ajavat Helsingin keskustan kautta Jätkäsaareen. Leiripaikan läheisyydessä on myös parkkipaikkoja autoille, jotka ovat lauantaina maksullisia. Sunnuntaina pysäköinti on maksutonta.

Leirimaksu ja ilmoittautuminen

Kaksi päivää 60 €

Yksi päivä 35 €

Leiristä myönnetään yhteensä 10 harjoitusmerkkiä (5/päivä).

Leirille ilmoittaudutaan seuroittan etukäteen liiton ilmoittautumisjärjestelmän kautta. **Viimeinen ilmoittautumispäivä on 23.4.** Leirimaksut laskutetaan seuroittain tapahtuman jälkeen.

Ruokailu

Leirille on järjestetty vapaaehtoinen, omakustanteinen lounasruokailu ravintola Hima & Saliin, jonne on leiripaikalta noin 15 minuutin kävelymatka. Sitovat ilmoittautumiset lounasruokailuihin tulee tehdä 23.4. mennessä Google Formsin kautta:

<https://forms.gle/EQ95HYZvznBpgua27>. Vaihtoehtoisesti Jätkäsaaresta löytyy myös useita pienempiä ravintoloita ja ruokakauppoja.

Järjestämme lauantain leiripäivän päätteeksi kaikille avoimen, omakustanteisen illallisen Helsingin keskustassa, Kuusi Palaa -ravintolassa (Marski by Scandic, Mannerheimintie 10, Helsinki). Tule mukaan rentoon illanviettoon! Illalliselle voi ilmoittautua 23.4. mennessä saman lomakkeen kautta kuin lounasruokailuissa: <https://forms.gle/EQ95HYZvznBpgua27>.

Lisenssi, vakuutus ja jäsenmaksu

Kaikilta osallistujilta edellytetään oman seuran jäsenyyttä ja lajilisenssiä. Jokaisen osallistujan tulee huolehtia itse omasta vakuutuksestaan mahdollisten tapaturmien varalta.

Yhteystiedot

Leirivastaava Vesa Lind
vesa.lind@hytaekwondo.com, +358504955291