

Felles program for alle

Fredag 19.03 Fra Kl. 1600-2000 Oppmøte, registrering og innkvartering for de som er tilreisende, og som skal overnatte.

Lørdag 20.03 Klokken 09.30 Felles stevnestart. Mudo ledelse og Mudo Nordstrand ønsker velkommen. Presentasjon av program, klasser. Sted Karlsrud Skole Auditorium. Alle deltar.

Søndag 21.03 Etter at MG2010 er ferdig felles avslutning i gymsal. Deltagere som skal reise senere på dagen flytter utstyret over til Mudo Nordstrand sine lokaler, Raschs vei 38.

Alle deltagere som ønsker det kan for en meget rimelig pris, 75.- pr.pers innkvarteres på skolen hvor MG 2010 skal avholdes. Karlsrud skole ligger 3 minutters gange fra Mudo Nordstrand sine lokaler, og 1 min fra T-bane/buss som på 15 min. tar deg ned til Oslo S. Her har du mange shoppingmuligheter og fasiliteter. Karlsrud skole har fine og moderne rom, samt en veldig fin gymsal med dusj og praktiske garderober.

Lørdag 20.03 Barn Ungdom

Registrering 0900.

Kl. 1000 Stevnestart mønster barn og ungdom. Individuell og lag.

Kl. 1200 Stevnestart kamp barn og ungdom

Kl. 1500 Premieutdeling mønster/kamp barn og ungdom.

Kl. 1515 Kampsportshow

- Oppvisningskamp Taekdonwondo
- Oppvisningskamp Kickboxing
- DreamTeam Nordstrand Taekwondoshow

Kl 1900- Mudo Party for seniorer. 12 retters Tapas bord.

Kl. 19-2100 Mudo Party (barn og ungdom diskotek i gymsalen).

Søndag 2103 Junior Senior

Kl. 1000 Stevnestart mønster junior/senior. Individuell og lag.

Kl. 1200 Stevnekamp junior/Senior

Kl. 1330 Lagkamp. Hvert lag stiller med 3 utøvere. Skilles kun på vekt. Hvert lag bestemmer hvem som starter kampen. Kontinuerlig poengtildeling under kampen. 3x2 minutters runde. Hurtige skifter. Husk på at vekt MÅ oppgis ved påmelding.

Oppgitte priser er gjeldende. Frist for påmelding er onsdag 10.03. For øvrig gjelder regler, bestemmelser og opplysninger gitt i tentativt program som tidligere tilsendt. Viktigste endring er at det er åpnet for at alle kan delta- også A-utøvere.