



Kampsport i Världsklass!

- Sedan 1975

MUDO Ninja VÅR 2019

Information

Tränare: Sabumnim Mathias Singh **Träning:** Mån, Ons & Fredagar
Adress: Bondegatan 24, Södermalm **Tid:** Kl. 09:00-10:00

Träningssuppehåll: Röda dagar och perioderna v. 51-01 & v. 26-31

Trött på att gymma?
Söker du glädjen i träningen?
Vill du bli utmanad?

På MUDO Ninja får du funktionell
kampsportsträning som gör dig till en
vardagsninja för en starkare vardag och fritid!

Träningen är både allsidig och utmanande och
berör alla aspekter av effektiv styrka, balans,
koordination, rörlighet och kampsport. Vi tränar
individuellt, i grupp, cirkelträning och roliga
utmanande hinderbanor.

Bli en vardagsninja redan idag!

Sabumnim Mathias Singh är en av våra
mest erfarna instruktörer med träning i
Taekwondo och andra kampsporter i 26 år
och dans i 18 år. Som professionell dan-
sare har Mathias medverkat i bl a Melodi-
festivalen.

Sabumnim Mathias ger personlig trä-
ning i funktionell styrka och ansvarar för
MUDO Ninja som ges vardagsmorgnar
på Södermalm.

Onsdagskvällarna hittar ni honom på NTC
där han ger vår nya MUDO Kampsports-
fitness för dig som vill ha det bästa av
kampsportens styrka och konditions-
träning.

Medlemsnivåer och Priser

Nivå	Pris	Förklaring	Detalj
1 gång	150 kr	En träning	För dig som vill ha total frihet och endast betala för de pass du deltar på
10-kort	1 500 kr	11 ggr	För dig som vill ha frihet och träna när du vill. Betala för 10 och få ett bonuspass
Brons12	499 kr/mån	1 ggr/v	En (1) Ninjaträning i veckan. Kom och träna när det passar. Kan hämtas in vid missad träning (12 mån bindning)
Brons	549 kr/mån	1 ggr/v	En (1) Ninjaträning i veckan. Kom och träna när det passar. Kan EJ hämta in missad träning (Obundet medlemskap)
Silver	629 kr/mån	2 ggr/v	Två (2) Ninjaträningar i veckan. Kom och träna när det passar. Kan hämtas in vid missad träning
Guld	719 kr/mån	Obegränsad träning	För obegränsad träning och vidareutveckling. Träna MUDO Ninja på Södermalm och MUDO Taekwondo* på 11 anläggningar i Stockholm
Familj	20% rabatt för familjemedlem 2 till 4 (skatteskrivna på samma adress)		

* Ska meddelas och bokas genom info@mudo.se för att undvika överfulla grupper.

Sverige/Stockholm (City • Solna • Tyresö • Alvik • Södermalm/Svea • Sundbyberg • Djurgården • Farsta • Kista •

Nacka Taekwondo Academy (NTA) (Sickla • Nacka • NTC Orminge) ● Finland (Pori • Lohja • Espo)

www.mudo.se • info@mudo.se • www.facebook.com/mudoacademy

Master Ji-Pyo Lim, 7 Dan