



Walking Since 1978

SURAT JAWAPAN KURSUS BIMBINGAN “BASIC RACE WALKING COACHING COURSE”

Tarikh : 5 Mei 2012, Sabtu
Masa : 8.00 Pagi – 5.00 Petang
Tempat : Bilik Lavendar 1, Kompleks Sukan Negara,
Bukit Jalil, 57000 K. Lumpur

ATURCARA

8.00 pagi	Pendaftaran
9.00 pagi	Sesi Pertama – Introduction
9.30 pagi	Jamuan ringan pagi
9.45 pagi	Race Walking Techniques 1 & 2
12.00 T/hari	Makan Tengahari
2.30 ptg	Practical Session – Race Walking Technical 1
3.30 ptg	Jamuan ringan petang
3.45 ptg	Practical Session – Race Walking Technical 2
4.45 ptg	Sesi soal jawab / Perbincangan
5.00 ptg	Bersurai

Sila (✓) yang berkenaan:-

- AKAN MENYERTAI
 TIDAK AKAN MENYERTAI

**Terhad kepada 20 orang yang pertama sahaja.*

YURAN PENDAFTARAN:

- RM40.00 (Ahli PLJKM)
 RM50.00 (Bukan Ahli PLJKM)

**Sijil Penyertaan and jamuan ringan (Pagi/tengah hari/ Petang) akan di sediakan*

Nama Sekolah : _____

Name Cikgu : _____

Tel Bimbit : _____ Fax _____

Tandatangan : _____

PENTING:-

SILA HANTARKAN SURAT JAWAPAN BERSAMA YURAN PENDAFTARAN SEBELUM 3hb MEI 2012

Kepada En WH Yap atau Cik Claire Teo

Wisma MKH Berhad, Tingkat 5, Jalan Semenyih 43000 Kajang, Selangor

Maybank A/C: 514 011 717 390

Tel: 03-8737 8228 (Ext 5044 & 5020) Fax 03-8736 5436

Email: racewalkermalaysia@gmail.com

www.racewalkermalaysia.com