



Az udvarhelyi edzés előtt Gyergyószentmiklóstra érkezett a magyarországi küldöttség, amiben Erdein kívül még a magyar junior válogatott hat tagja, illetve két edzője, **Dorkó Péter** és **Turós Arnold**

is benne volt. A csapat csütörtökön délután hat órától a Septimia sporttermében tartott nyilvános edzést, ezt a többszörös világ-és Európa-bajnok

Erdei Zsolt
vezette.



...mellem üdvözlő beszéde után a bemutatást a helyiek edzője, Dobos Zoltán irányította.



Amin a legelső körben a helyiek edzője, Dobos Zoltán irányította a feladatok elvégzését és fiatalok, de



Edző



Edző és tanítványai a sparring során



adja

[Horgok és balegyenések – Erdei Zsolt Udvarhelyen tartott edzést](#)



Az Erdei Zsolt és társai által vezetett edzés során a résztvevők a horgok és balegyenesek gyakorlatát végezték. A gyakorlatok célja a testtartás javítása és a gerinc izmait erősítés.