

GLADIATORLÄGER

(ej gradering se separat papper)

Judo – Gladiatorer – lek – teknik- randori – tävling – armlås – halslås

När:	10 oktober
Vem:	Barn fr. 7 år. För att följa folkhälsomyndighetens rekommendationer kommer vi ha en maxgräns på 40 barn och ungdomar, så det är först till kvarn som gäller.
Träningen:	Träningen kommer vara uppdelad i 3 grupper. 1. Arm & halslås (OBS: från 13 år) 2. Lek & teknik 3. Tävling & randori
Var:	Judohallen, Björneborgsgatan 25, ☎ 060-66 50 88
Tränare:	Judo Sundsvallstränare
Kostnad	100 kr , sättes in på vårt BG 858-0458 eller kontant vid incheckningen.
Anmälan	Senast torsdag 8 oktober på anslagstavlan i dojon, på tel eller e-post anmalan@judosundsvall.com

Tidsschema lördag, 10 oktober

09.00 - 09.30	Ankomst, incheckning
09.30 - 11.00	Judo
10.30 - 11.00	Fruktpaus
11.00 - 12.30	Gladiatorer
ca 12.45	Avslutning. Alla får diplom!

Gladiatorerna Lägret kommer att avslutas med att alla kommer att få utmana gladiatorer i en hinderbana runt mattan



Judo Sundsvalls riktlinje för att hantera träningsverksamhet under Corona gäller även under detta läger (inga föräldrar i hallen oavsett ålder)

Info: Tammar Abbud 073-037 79 92 eller e-post tammar@judosundsvall.com