

Inbjudan till

Judoläger för barn & ungdom från 7 år

Judo – grillning – övernattnin g – storbildsvideo mm

När: Fredag-lördag, 2-3 juni

Om du vill övernattna i Judohallen tar du med sovsäck, ombyte, handduk mm.

Kom ihåg att märka judodräkten och övriga kläder med ditt namn! Gäller även om du sover hemma!!



Var: Judohallen, Björneborgsgatan 25, ☎060-66 50 88

Vem: Barn & ungdomar från 7 år. Eftersom de tränande delas in efter bälten är lägret även lämplig för nybörjare.

Tränare: Judo Sundsvalls tränare.

Tidsschema fredag, 2 juni

18.00-18.30 Ankomst, incheckning

18.30-20.00 Teknikträning tachi waza

20.30

Grillning. "Köksmästaren" H-G har fixat en stor grill som ska ställas upp utanför Judohallen. Det blir hamburgare, korv, grillade bananer choklad mm

Om vädret tillåter äter vi ute och då kan man även grilla Marshmallows. Vid dåligt väder tar vi maten in i Judohallen.

22.00

Fria aktiviteter, storbildsvideo, killerboll mm

23.30

God natt.



Grillning

Tidsschema lördag, 3 juni

07.45 Väckning.

08.00-08.45 Frukost.

09.00-10.15 **Matta** Graderingsteknik Ne-waza

10.15-10.30 Fruktpaus

10.30-11.45 **Matta A & B** Teknik, randoriformer, lek

Matta C & D: Gradering

ca 12.00

Avslutning. Alla får diplom!

Kostnad:

200 kr, sättes in på BG 858-0458 eller swishas till 123 580 95 46
Ange namn & personnummer! **50 kr** extra om du ska gradera!

Anmälan:

Senast torsdag 1 juni på anslagstavlan i dojon, till tränaren, på tel. eller e-post anmalan@judosundsvall.com

Övrigt:

Är du osäker om du kan gradera?

Först och främst måste du naturligtvis ha betalt medlemsavgift för 2017. Du måste även ha betalt träningsavgift för maj 2017. Sedan måste du ha tränat ett visst antal gånger sedan senaste graderingen. Har du rätt antal träningar och rätt ålder så kan tränarna efter de båda träningspassen (tachi waza på fredag och ne waza på lördag) tala om för dig om du är mogen att gradera.



Info: Judo Sundsvall 060-66 50 88 eller e-post info@judosundsvall.com

Välkomna

Judo Sundsvall



Killerboll