

Inbjudan till

Judoläger för barn & ungdom från 7 år

Judo – grillning – övernattnin g – storbildsvideo mm

När: Fr-lö 8-9 juni

Om du vill övernattna i Judohallen tar du med sovsäck, ombyte, handduk och övriga duschtillbehör.

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, 8 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 med choklad mm
Om vädret tillåter äter vi ute, annars tar vi maten in i judohallen



22.00

Fria aktiviteter, storbildsvideo, killerboll mm

23.30

God natt.

Tidsschema lördag, 9 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 123 580 954 6
Ange namn & personnummer! **50 kr** extra om du ska gradera!

Anmälan:

Senast torsdag 7 juni på anslagstavlan i dojon,
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 2018. Du måste även ha betalt träningsavgift för maj 2018. 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



Fri lek med stora bollar