



Välkomna till Judo Sundsvall

Judoläger för barn & ungdom från 7 år

Judo – grillning – övernattninng - storbildsvideo mm

- När:** lördag-söndag 25-26 maj
- Vill du övernattna i Judohallen tar du med sovsäck, ombyte, handduk mm. Kom ihåg att märka judodräkten och övriga kläder med ditt namn!
- 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 lördag, 25 maj

- 16.00-16.30 Ankomst, incheckning
- 16.30-18.00 Teknikträning tachi waza
- 18.30> **Grillning.** En grill 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.
- 20.00 **Ta mobilen och gör en egen judovideo med dina kompisar**
- Ni går ihop 3-6 barn
 - Ni hittar på ett judotema (börja redan nu att fundera och planera)
 - Ni spelar in en video på max 2 min med hjälp av mobilen
- Priser för bästa video och för roligaste video.
Vi lottar även ut ett tröstpris bland alla inlämnade bidrag
- 21.00 Fria aktiviteter, storbildsvideo, killeboll mm
- 23.30 God natt.



Tidsschema söndag, 26 maj

- 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 23 maj 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 2019. Du måste även ha betalt träningsavgift för maj 2019. 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: Wolfgang 070-646 60 13 eller e-post info@judosundsvall.com

