



Judo sommarläger för barn och ungdom 6–15 år

Läget är till både för dig som tränar/har tränat judo och för dig som aldrig har tränat men vill prova på!

Ta med dina kompisar och träna tillsammans under ledning av rutinerade instruktörer!

Om vädret tillåter, sker eftermiddagsträningen utomhus på olika platser i Sundsvall.

Detta meddelas i så fall från dag till dag via vår hemsida

Planerade områden är Ljustadalen, Svartvik, Nacksta och Granloholm.



- När:** 6–18 augusti (se schemat nedanför)
- Var:** Judohallen, Björneborgsgatan 25
- Klädsel:** Judo dräkt eller gympakläder. Ta gärna med en vattenflaska
- Vad:** Judo & lek
- Kostnad:** Läget är gratis! Tränar du två pass om dagen och anmält detta bjuder vi på lunch mellan passen!

Anmälan: senast på onsdag 1 augusti via e-post till wolfgang@wjs.se eller via SMS till 070-646 60 13

- Ange namn, personnummer och om du vill träna en eller båda veckorna.
- Ange även om du vill träna två pass om dagen (då bjuder vi på lunch)
- Nybörjare som är med på båda veckorna kan gradera på lördag den 18 augusti!

Tider och platser

Träningsplats på förmiddagar och på fr-lö 17–18 augusti är alltid Judohallen.

Vid bra väder kommer vi att flytta eftermiddagsträningen utomhus på lite olika platser.

Om så sker kommer platsen att meddelas på samma dags förmiddagsträning och via klubbens hemsida www.judosundsvall.com och via www.facebook.com/judosundsvall.

Avresa till eventuell utomhusträningen blir alltid 14.15 från Judohallen

	Dag	Datum	Tid	Plats	Tid	Plats, dåligt väder	Ev. plats vid fint väder
Vecka 32	Måndag	06-aug	10.30-11.45	Judohallen	15.00-16.15	Judohallen	
	Tisdag	07-aug	10.30-11.45	Judohallen	15.00-16.15	Judohallen	Nacksta
	Onsdag	08-aug	10.30-11.45	Judohallen	15.00-16.15	Judohallen	Granloholm
	Torsdag	09-aug	10.30-11.45	Judohallen	15.00-16.15	Judohallen	Svartvik
Vecka 33	Måndag	13-aug	10.30-11.45	Judohallen	15.00-16.15	Judohallen	Ljustadalen
	Tisdag	14-aug	10.30-11.45	Judohallen	15.00-16.15	Judohallen	Nacksta
	Onsdag	15-aug	10.30-11.45	Judohallen	15.00-16.15	Judohallen	Granloholm
	Torsdag	16-aug	10.30-11.45	Judohallen	15.00-16.15	Judohallen	Svartvik
	Fredag	17-aug	19.00-20.15	Judohallen	ev. Övernattning	Judohallen	
	Lördag	18-aug	09.00-10.30	Judohallen	Ev. gradering	Judohallen	

Info: Wolfgang Biedron, 070-646 60 13 eller wolfgang@wjs.se