



Inbjudan till Judoläger för barn & ungdom från 7 år Judo- övernattnig – video – lektävling

När: Fr-lö 4-5 oktober

Om du vill övernatta 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, 4 oktober

18.00-18.30 Ankomst, incheckning
18.30-20.00 Teknikträning tachi waza
20.15-21.15 Lektävling >>>>>>>>>>
21.15 Kvällsfika (Frukt, macka, korv)
22.00 Fria aktiviteter
23.30 God natt.

Tidsschema lördag, 5 oktober

07.45 Väckning
08.00-08.45 Frukost.
09.00-10.15 Teknikträning 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 3 oktober på anslagstavlan i dojon,
via SMS till 070-6466013 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 oktober 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: Judo Sundsvall, 070-646 60 13 - e-post info@judosundsvall.com

Välkomna Judo Sundsvall

Lektävling

Vem får mest poäng i följande tävlingar:
Hav – land – skepp (5 omgångar)
Jägarboll stora bollar (5 omgångar)
Jägarboll små bollar ((5 omgångar)
Frågesport om judo, skola, spel (20 frågor)

Poängen från ALLA omgångar räknas ihop.
Ett pris för bästa 7-10 åring
Ett pris för bästa + 10 år
Några extrapriser lottas ut bland dem som var med på alla grenar men inte vann.