

Judoinfo

från
Judo Dojo Norrköping

Sportlovsläger

Även i år tänkte vi ha ett Sportlovsläger torsdagen den 19 februari.

Lägret startar kl 12.00 och slutar kl 17.30. Vi kör två stycken judopass med mellanliggande paus för lite teori, lätt förtäring och mellanmål enligt bifogad preliminär lägerplanering. Man bör ha tränat minst en termin föra att kunna vara med.

I samband med ”fruktstunden” klär vi om till badkläder i våra omklädningsrum. Vi går gemensamt **inomhus** till simhallen och är tillbaka kl 17,30. Ta med badkläder och egen handduk. Våra kläder och värdesaker låser vi in i omklädningsrummen under tiden vi badar.

Utöver oss tränare behöver vi några föräldrar/vuxna som hjälper till i simhallen.

Anmälningslista till lägret, för både deltagare och föräldrar, finns på anslagstavlan i dojon. För att lägret ska bli av behöver vi vara minst 15 deltagare.

Lägret är kostnadsfritt.

Har ni några frågor så kontakta Jan Björkert 070-6741571.

Övrig träning under sportlovet är inställd.

Johnny Menard	070-6140930
Stefan Ståhl	070-2034041
Jan Björkert	070-6741571
Magnus Holmlund	070-9968863

Jan, Stefan, Johnny o Magnus

