



LÄGERINFO

BÄLTESLÄGER FÖR KYUGRADERADE

Bältesläger för kyugraderade i Ju-jutsu Kai på Malmö Ju-jutsuklubb lördagen den 24 oktober 2009

Lägret vänder sig till alla kyugraderade. Det blir möjlighet att få träna teknikerna till kommande gradering under tre pass för duktiga instruktörer.

Instruktörerna är:

Brunt:	Ola Johanson	6 Dan	Riksinstruktör
Blått:	Jonas Mokvist	5 Dan	Förbundsinstruktör
Grönt:	Magnus Johansson	1 Dan	Båstad
Orange:	Sven Olinder	2 Dan	Lund
Gult:	Per Skog	1 Dan	Höör
Vitt:	Kim Ridell	1 Dan	Malmö

Tid: Lägret startar kl 10.00. Sista grupperna blir klara kl 17.00

Plats: Malmö JJK:s dojo, Hyllie Kyrkoväg 35, Limhamn

Karta: Karta finns på <http://www.mjkk.com>

Pris: 150 kr

Anmälan: Snarast, dock senast en vecka innan lägret till Ola Johanson (0491 – 125 49 eller ola@ojkk.net). Anmäl klubbvis, med namn, grad och klubb.



V Ä L K O M N A !



LÄGERINFO

BÄLTESLÄGER FÖR KYUGRADERADE

Schema

10.00-10.15

Inhälsning, presentation och praktiska info om mat m m

10.15-11.15

Vitt, gult, orange

11.15-12.30

Grönt, blått, brunt

12.30-13.30

Vitt, gult, orange

13.30-14.45

Grönt, blått, brunt

14.45-15.45

Vitt, gult, orange

15.45-17.00

Grönt, blått, brunt