

Inspirationskursus

Pensumtræning mm.

Stilartsudvalget for Jiu-Jitsu indbyder alle til inspirationskursus/specialtræning med stilartsinstruktørerne.

Alle er velkomne – uanset stilart.

Programmet indeholder træning af basisteknik, så grundlaget for videregående teknik er i orden. Fokus er desuden på forsvar med og mod våben.

Der vil være mulighed for ”spørgetime”, hvor sektioninstruktørerne vil hjælpe med ideer og forklaringer til de spørgsmål som kommer op. Send gerne emner på forhånd til Peter fra stilartsudvalget: [brinkler @ gmail.com](mailto:brinkler@gmail.com)

Tid: Søndag den 8. oktober 2023 kl. 9 - 14.

Sted: Holbæk Budo Skole
Borgmestergårdsvej 18 B
4300 Holbæk
(bemærk at indkørsel nu er fra Holbæk Have/Bøgen)

Tilmelding: Skal foretages via DJUportalen senest 1. oktober 2023.

Kursusgebyr: Kr. 125,- som betales ved tilmelding.

Forplejning: Frokostbolle kan købes i forbindelse med tilmelding. Drikkevarer kan købes. Husk at der er katakursus dagen før.

Transportudligning:

Betalingen indeholder også en solidarisk udligningsordning, så deltagere fra vest for Storebælt kan få refunderet hvad der svarer til brobillet, hvis man i videst muligt omfang benytter sig af samkørsel. Deltagerliste kan findes på DJUportalen efter tilmeldingsfristens udløb.

Med venlig hilsen
Stilartsudvalget