

# Hyvätasoinen judoleiri Pellossa

---

Entinen huippujudoka ja nykyinen ammattitanssija Pasi Laurén veti Pellossa Dan-kollegion ensimmäisen judotekniikkaleirin 25.-27.8.2017, johon osallistui 30 judokaa ympäri Suomea

Leiriohjelma:

Perjantai

25.8.

Majoittautuminen

klo 20 Sauna

klo 22

Iltapalaa ja keskustelua jokirannassa

Lauantai

26.8.

klo 8

Aamiainen

klo 10-12

Harjoitus

- Yleistä asiaa asennoista, keskustan käytöstä, kuzushista yms.
- Käytännön harjoittelua omien Tokui-wazojen avulla

klo 12

Lounas

klo 14-16

Harjoitus

- Goshi-waza
  - O-goshi, Uki-goshi, Koshi-Guruma, Harai-goshi, Sode-tsuri-komi-goshi

- Te-waza
  - Seoi-naget

klo 17 Päivällinen

klo 20 Sauna  
ja iltapalaa

Sunnuntai  
27.8.

klo 8  
Aamiainen

klo 9-11  
Harjoitus

- Te-waza  
jatkoa
  - Tai-otoshi
- Ashi-waza
  - De-ashi-barai,  
Ko-uchi-gari, O-uchi-gari, O-soto-gari
- Yleistä  
Ne-wazasta

klo 12  
Lounas ja leirin päätös

**Tyyppi**

Koulutustapahtuma

**Aika**

25.8. klo 20:00 - 27.8.2017 klo 12:00

**Paikka**

Pello

Kimmo Kallama kirjoitti viestin 31.8.17 kello 12:04