

# Vyökoetekniikkaleiri Rovaniemellä 23.3.2019

---

Suomen Dan-kollegio järjestää vyökoeleirin Monitoimitalon judosalissa Jyväskylässä lauantaina 23.3.2019 klo 10.00–18.00 välisenä aikana. Osoite: Santasport Lapin Urheiluopisto, Hiihtomajantie 2 96400 Rovaniemi

Leiri on tarkoitettu kaikille 3 kyu ja sitä korkeamman vyöarvon omaaville, jotka valmistautuvat vyökokeeseen. Leiriin on hyvä osallistua yhdessä sen parin kanssa, jonka kanssa harjoittelee seuraavaa vyökoetta varten. Leiri toimii myös judotekniikkaklinikkana kaikille judo-ohjaajille.

Opetuksen sisältö:

10:00–13:00 Kodokanin tärkeimmät heittotekniikat

13:00–14:50 Ruokailu- ja lepotauko

15:00–16:30 Kodokanin tärkeimmät hallintatekniikat

16:30–18:00. Nage-no-katan perusteet – uken rooli

Huom! Leirille mahtuu 30 ensimmäiseksi ilmoittautunutta.

Ilmoittautuminen 1.3.2019 mennessä sähköpostitse: Esa.Vakkilainen@lut.fi

Kurssimaksu 60 euroa/henkilö maksetaan ilmoittautumisen yhteydessä Suomen Dan-kollegion tilille Nordeassa FI06 2262 2100 0123 97. Jäsenetuna Dan-kollegion vuoden 2019 jäsenmaksunsa maksaneet jäsenet: kurssimaksu 30 euroa/henkilö.

Kurssin kouluttajina toimivat Peter Mickelsson 5. dan ja Mika Haapalainen 4.dan.

Tervetuloa!

**Aika**

26.11.2018 klo 10:00

Kimmo Kallama kirjoitti viestin 26.11.18 kello 6:22