

JUDO
STAGEDAG
@ JUDO LENNIK!

**VEEL JUDO, COMPETITIE
& TECHNIEK**

WANNEER?

31/08/2024

VANAF 9U



ALFRED ALGOETSTRAAT 77
1750 LENNIK

JUDO



PROGRAMMA

WANNEER? 31/08/2024

WIE?

VAN 9U TOT 16U: 6 TOT 12 JAAR (°2019 TEM °2012)
VAN 12U30 TOT 16U: VANAF 13 JAAR (°2011 TEM °...)

WAT?

- 8U45 AANVANG + VERDELING GROEPEN
- 9U - 10U15 COMPETITIETRAINING GROEP 1 / ALTERNATIEVE TRAINING GROEP 2
- 10U15 - 11U: OMKLEDEN + 10-UURTJE + PAUZE
- 11U - 12U30 COMPETITIETRAINING GROEP 1/ALTERNATIEVE TRAINING GROEP 1
- 12U30 SPAGHETTI* + MIDDAGPAUZE
- 14U - 16U COMPETITIE/RANDORITRAINING GROEP 3, GROEP 1 EN 2 HEBBEN KEUZE OF RANDORI OF ALTERNATIEVE ACTIVITEIT
- 16U IJSJE + EINDE STAGEDAG

PRIJS?

PRIJS: €10. VOOR U13+ DAT PAS AANSLUIT OM 14U €2

WAT NEEM JE MEE?



WAT MEEBRENGEN: FLESJE WATER (WIJ VOORZIEN WATER OM BIJ TE VULLEN), JUDOPAK,
SPORTIEVE KLEDIJ, BIJ GOED WEER KLEDIJ DAT MAG NAT WORDEN.

*MOGELIJKHEID OM VEGIE SPAGHETTI TE VERKRIJGEN, WEL MELDEN BIJ INSCHRIJVING.