



Invitation til teknisk træning i 3. & 2. kyu i Vejle

Søndag d. 3/9 bydes der ind til Teknisk Træning i Vejle Jiu-Jitsu Klub i 3. og 2. kyu. Det vil være muligt at deltage på individuelt kursus, men ligeledes på begge.

Formålet med kurset er teknisk gennemgang af henholdsvis 3.kyu og 2.kyu med diskussion af teknik og udførelse, for at give den deltagende en bedre forståelse eller genopfriske gammelt pensum.

Arrangementet giver 5 point pr kyu kursus - altså 10 points for deltagelse på begge.

Krav for deltagelse på 3.kyu kursus:

- 4 kyu med gennemgang af 3.kyu minimum en gang.
- Minimum 12 år

Krav for deltagelse på 2.kyu kursus:

- 3 kyu med gennemgang af 2.kyu minimum en gang.
- Minimum 12 år

Deltagelse på kurset kan kun ske med gyldigt DJSF årsmærke

Kurset vil kun blive gennemført ved tilmelding af 10+ deltagere

Ved tilmelding på ét eller begge kurser, vil der være; vand, saft og frugt tilgængeligt i de små pauser

Det vil være muligt at tilkøbe Kylling-Bacon sandwich til kurset via tilmelding herpå (eller medbringe egen mad)

Husk:

- Licens
- Klipklapper eller lignende (så du ikke griser måtten til med snavsede fødder fra pauserne)
- Skiftetøj (til frokost, så du ikke spiser i gi)
- m.v.

Instruktører:

- Tommy Damsgaard, 1.dan
- Simon Lund, 1.kyu

Tilmelding sker via NemTilmeld:

<https://djsf.nemtilmeld.dk/2/>

Venlig budo-hilsen
Tommy Damsgaard