

Pikkujouluyön Judoleiri 30.11.-1.12.2013 Arashin Dojolla



Tervetuloa Arashin Pikkujouluyön Judoleirille. Leiri on tarkoitettu kaikille Arashin jäsenille. Alle 7-vuotiaille mielellään huoltaja mukaan. Leirin päävetäjinä toimivat seuran omat Danit sekä Antti Renko 3.dan

Alustava ohjelma:

Lauantai 30.11.

klo 10.00 Ilmoittautuminen

klo 11.00 Info

klo 11.15 Yhteistreenit

klo 13.00 **Lounas**

klo 14.00 Harjoitukset, ryhmä 1

klo 15.30 Harjoitukset, ryhmä 2
(tatami/tanssistudio)

klo 18.00 **Päivällinen**

klo 19.00 Leffaa, pelejä (liikuntasali)

klo 22.00 Iltatoimet

klo 23.00 Hiljaisuus

Sunnuntai 1.12.

klo 08.00 Herätys ja aamutoimet

klo 08.30 **Aamiainen**

klo 10.00 Harjoitukset,
yhteis tai ryhmä

klo 12.00 Kuntojumppa/

klo 13.00 Diplomien jako

klo 13.15 **Lounas**

klo 14.15 Siirtyminen Esplanadiin

klo 14.30 Uinti, ryhmä 1/2

klo 17.00 Leiri päättyy



Ilmoittautuminen ja lisätietoja

Ilmoittautuminen leirille viimeistään tiistaina 19.11. mennessä netin kautta www.arashi.fi/.

Lisätietoja antaa
Jari Orava
puh. 050-3747368
tai sähköposti
sihteeri@arashi.fi

Hinta

Leirin hinta on 30,-€ sisältäen: harjoitukset, ruokailut, uinnin ja ohjelman. Leiripaita: katso ilmoittautumislomake

Mukaan tarvittavat:

- Judogin
- Sisä- ja ulkoiluvaatteet
- Maakuupussin tai peiton ja tyynyn + makuualustan
- Peseytymis- ja yöpymisvarusteet
- Uikkarit ja pyyhe
- Iloista mieltä



MAJOITUS:
Yövyimme perinteiseen tapaan tatamilla.