

JUDO – club TJ Strojár Malacky

ul. Sasinkova 73, 901 01 MALACKY

www.strojarmalacky.sk/sekcia/Judo



Judo sústredenie ne-wa-za a randori

Ide o kvalitnú športovú prípravu, kde sa deti zdokonalia v technike JUDO, spoznajú sa s novými súpermi, trénermi, utužia svoje vzťahy v kolektíve a **pripravujú sa na páskovanie**. Každoročne sa v Kolárove stretávajú športovci z Maďarska, Rumunska, Česka a Slováci v počte do cca 150 detí vo veku do 16 rokov.

Začiatok	:	15.08.2011 (pondelok)
Ukončenie	:	20.08.2011 (sobota)
Miesto konania	:	Kolárovo
Platba	:	75,- €
Cena zahŕňa	:	ubytovanie, strava 3x denne, tréner
Doprava	:	vlastná, samostatná (cca 100 km od Ba)
Zobrať so sebou	:	veci osobnej potreby, tenisky, tepláky, šušťáky, plastickú fľašu, kimono, oddielové tričko
Program	:	raňajšie behanie, 2x denne tréning juda, večerné behanie, regenerácia-uvoľnenie
Informácie	:	Soňa Kunšteková, tel. 0908 45 80 23

Príchod v pondelok do Kolárova je cca o 14 hodine a **prvý tréning** bude o 17,00 hodine. Posledný tréning bude v sobotudoobeda a po konzumácii obeda je potrebné pre deti prísť.

Sústredenie je zamerané na zápasové techniky a je veľmi vhodné pre záujemcov o zvýšenie technickej vyspelosti (páskovanie), ktoré budeme organizovať už v septembri.

Záväzná prihláška

na medzinárodné sústredenie JUDO v Kolárove 15.-20.8.2011

Meno účastníka:..... Dát. nar.....

V Malackách, dňa:.....

podpis rodiča

ODOVZDAŤ DO 28.6.2011