

Yanagi XXXIII Judocamp Heinävesi 26. – 30.6.2018



Leiriohjelma

Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai
12 – 14.30 Ilmoittautuminen	7 – 8 ne-waza / jumppa	7 – 8 ne-waza / jumppa	7 – 8 ne-waza / jumppa	7 – 8 ne-waza / jumppa
13 – 14.30 juniorit + kuntojudo	8.30 – 10 juniorit + kuntojudo	8.30 – 10 juniorit + kuntojudo	8.30 – 10 juniorit + kuntojudo	8.30 – 10 juniorit + kuntojudo
15 – 16.15 kilpailijat	10 – 12 kilpailijat	10 – 12 kilpailijat	10 – 12 kilpailijat	10 – 12 kilpailijat
16.15 => randori / kuntopiiri	13.30 – 15 juniorit + kuntojudo	13.30 – 15 juniorit + kuntojudo	13.30 – 15 juniorit + kuntojudo	
	15 – 16.15 kilpailijat	15 – 16.15 kilpailijat	15 – 16.15 kilpailijat	
	16.15 => randori / kuntopiiri	16.15 => randori / kuntopiiri	16.15 => randori / kuntopiiri	

Ruokailut:

Aamupala	7.00 – 9.00
Lounas	11.00 – 13.00
Päivällinen	16.30 – 18.30
Iltapala	20.30 – 21.00

Leirin info ja Dojo sulkeutuu joka ilta klo 21.00
Aikataulumuutokset mahdollisia!
Ke – pe ohjattu palauttava harjoitus klo 20.00 dojolla