



Judo Danmark Event I Helsingør Judo Klub

I samarbejde mellem Judo Danmark og Helsingør Judo Klub afholdes en Ungdoms-Pokal turnering med overnatningslejr og kurser.

Arrangementet afholdes i Helsingør Hallen fra lørdag d. 26 september til søndag d. 27 september 2020.

Weekenden vil byde på forskellige aktiviteter. Det endelige program er under udarbejdelse, men vil som udgangspunkt omfatte følgende:

- Overnatning lørdag til søndag (der er også mulighed for overnatning fredag til lørdag)
- Ungdoms-, Pokalstævne lørdag d. 26. med kampstart kl. 10:00
- Stævne regler for trænere og forældre.
(Lynkursus før stævnet, samt opfølgning efter stævnet)
- 3 træningspas i løbet af weekenden v/
Svend Vohlert-Brøndby-, Nete Dehlendorff-Hillerød-,
Betina Suldvart-Farum- & Ivica Stimac –Halsnæs-
(2x lørdag og 1x søndag)
- Kataundervisning i Nage-no-kata v/ Marcus Hannerz
- Dommerkursus med mulighed for erhvervelse af Dommer J-
licens og D-licens
(J-licens min.15 år & 3.kyu) og (D-licens min.17 år & 2.kyu)
- Fælles spisning lørdag aften og søndag morgen.
- Kursus i sportstape og dynamic tape ved sportsskader v/ osteopat og
fysioterapeut Frederik Bahne
(Lørdag aften med kaffe og kage)

Tidsplanen er vejledning og vi tager forbehold for ændringer.

Lørdag, 26 september.	
Dommerkursus	0845-10.00
Ungdoms, Pokalturnerings,	10.00-15.00
Træningspas 1	15.00-16.30
Nage-no-kata v/ Marcus	16.30-17.45
Aftensmad	18.00-19.00
Træningspas 2	19.00-20.15
Film for børn/unngdom	20.30-22.30
Kursus i sportstape	20.30-21.30

Søndag 27 september.	
Morgenmad	08.30
Træningspas 3	09.30-11.00
Oprydning af tatami	11.00-11.45
Farvel og tak for denne gang	12.00-

Deltagergebyr for stævne er 100 kr. tilmelding via dju portalen

Deltagergebyr for lejr på er 150 kr. tilmelding via dju portalen (inkl. spisning og overnatning i dojoen)

Det er tiltænkt som en lejr for alle, store som små, nye, som gamle, men den er IKKE elite baseret og der vil være mere teknik træning end randori.

Vi ser frem til et sjovt og hyggeligt event med forhåbentlig god opbakning fra de Danske klubber.

Ved spørgsmål kontakt Helsingør Judo Klub.

Info@hejudo.dk eller Thomas Knold - 24409585