

2 - 3 - 4 januari 2020



Organiseert
JBN district Noord een
trainings 3-daagse
JUDO
voor -15 / +15

met op zaterdag een training voor -12

OP ZONDAG 5 JANUARI BUDODAG district Noord

Wanneer: 2, 3 en 4 januari 2020

Waar: Sportcentrum Drachten, Leerweg in Drachten

Wie: judoka's -15/+15

Programma:

Donderdag 2 januari 2020:

inchecken sporthal tussen 10:30 en 12:00 uur

training van 12:00 tot 13:30 voor -15 / +15

training van 16:30 tot 18:00 voor -15

training van 18:00 tot 20:00 voor +15

Diner 20:00-21:30

Vrijdag 3 januari 2020:

training van 09:30 tot 11:00 voor groep -15

training van 11:00 tot 13:00 voor groep +15

training van 16:00 tot 16:30 voor groep -15 (techniek)

training van 16:30 tot 18:00 voor groep -15

training van 18:00 tot 18:30 voor groep +15 (techniek)

training van 18:30 tot 20:30 voor groep +15

Ontbijt 07:30 - 09:00

Lunch 13:00 - 14:00

Diner 20:00-21:30

Zaterdag 4 januari:

training van 09:30 tot 11:00 voor groep -15

training van 11:00 tot 13:00 voor groep +15

clinic van 14:00 tot 16:00 voor leeftijd -12

training van 16:30 tot 18:00 voor -15

training van 18:00 tot 20:00 voor +15

Ontbijt 07:30 - 09:00

Lunch 13:00 - 14:00

Kosten bij opgave vóór 1-10-2019:

exclusief eten, drinken en overnachten:

3 dagen trainen: € 50,- p.p (na 1-10-2019 € 60,-)

1 dag trainen: € 17,50 p.p (na 1-10-2019 € 22,50)

1 training: € 10,- p.p (na 1-10-2019 € 13,50)

clinic jeugd € 7,50 p.p (na 1-10-2019 € 10,-)

Totaalpakket €120,- p.p.

Maaltijden en Overnachten:

Wil je gebruik maken van het ontbijt, lunch en diner? Dat kan, voor maar €50,- p.p. extra ben je elke dag voorzien van de genoemde maaltijden!

ontbijt (vr+za), lunch (vr+za) en diner (do+vr)

Wil je overnachten?

Ook dat kan, voor maar €10,- p.p.p.n kun je overnachten in het sportcomplex. (betreft donderdagnacht en vrijdagnacht)

Informatie en/of opgave: JBN.Noord@gmail.com

www.JBN.nl/nn Facebook: [@JBNNoordNederland](https://www.facebook.com/JBNNoordNederland)