

Värmland-Örebro Judoförbund  
bjuder in till  
Judo5 – Judoträning för tjejer



Välkomna på en rolig judoträning tillsammans – bara för tjejer! Likt andra distrikt vill även vi starta Judo 5-verksamhet inom Värmland-Örebro Judoförbund. Träningen riktar sig till alla tjejer från 7år och uppåt oavsett judoerfarenhet. Vi tränar tillsammans och vi vill att alla ska ha kul på mattan!

Datum: Söndag 17 mars

Tid: kl 10-11.30

Plats: Grums Bad & Sporthall

*Judo 5's verksamhetsidé är att alla kvinnliga kadetter, juniorer, seniorer och veteraner från 11 år och gult bälte ska erbjudas aktiviteter som initieras av nytänkande och banbrytande idéer. Judo 5's aktiviteter ska vara så attraktiva att deltagarna stimuleras till fortsatt och högre grad av träning och personlig utveckling. Verksamheten ska anpassas och fylla de behov som gör att deltagarna får möjlighet att ytterligare utvecklas på ett individuellt plan. Judo 5's organisation ska sträva efter ständiga förbättringar i varje process och aktiviteterna ska utgå ifrån en vetenskaplig grund.*

Vid frågor eller anmälan kontakta Linn Sundfors, 073-8158951.

Vi siktar på en riktig rolig judoträning tillsammans!

Varmt välkomna!