



Gemeinsames Herbstlager mit Übernachtung im Dojo

Teilnehmer:	<i>Kinder und Jugendliche im Alter von 8-14 Jahre</i>
Beginn: Zeit: Ende: Zeit: Ort:	Freitag, den 11.10.2024 17:00 Uhr Samstag, den 12.10.2024 ca. 16:00 Uhr Dojo JC Biel/Bienne-Nidau Guglerstrasse 6 (1.Etage über Renault-Garage) 2560 Nidau
Programm:	Freitag: 17:00-19:00 Uhr Judo Technik/ Randori 20:00 Uhr Abendessen 21:00 Uhr Kino-Abend (im Dojo) 23:00 Uhr Nachtruhe Samstag: 07:15-07:45 Uhr Frühsport 8:00 Uhr Frühstück gemeinsames Training mit dem Kantonalkader Bern: 09:30-11:30 Uhr Judo Technik/Randori 12:00 Uhr Mittagessen 13:30-15:30 Uhr Kraft/Athletik Gruppe 1: 13:30-15:30 Uhr Judo Technik/Randori Gruppe 2: 09:30-11:30 Uhr Kraft/Athletik/Spiel 15:30 Uhr Hallenreinigung
Übernachtung:	!!! Übernachtung im Dojo !!! Schlafsack und Kissen mitbringen
Kosten:	50,- Sfr (incl. 3 Mahlzeiten) Trainer, die ihre Sportler begleiten sind kostenfrei
Meldung:	über das Formular auf unsere Homepage www.jcbn.ch
Anmeldeschluss:	Sonntag, der 06.10.2024
Nicht vergessen:	Judogi / Zori / Athleticsachen für Halle und draussen / Waschzeug / Schlafsack / Trinkflasche

*Wir haben Platz für ca. 30 Judoka !
Wer sich schnell anmeldet ist dabei!*