

**I advise you,
don't mess with me,
I know karate, kung fu, judo,
tae kwon do, jujitsu,
and 28 other dangerous
words.**

JUDO

EXTRA

LES/ Training voor judo examens blauw t/m zwarte band

Deze trainingen zijn gericht op de judo examens richting zwarte band. De kata's vormen een vast onderdeel van de trainingen.

- Vanaf 13 jaar
- Vanaf groene band
- 45 minuten.
- Er zijn geen extra kosten verbonden aan deze lessen/ trainingen. (voor leden van de sportschool)
- Om zoveel mogelijk judoka's de gelegenheid te bieden, zijn de trainingen op verschillende dagen/tijdstippen.

		Week 9	Week 10	Week 11	Week 12	Week 13	Week 14	Week 15	Week 16	Week 17
		27 febr.	4 maart	10 maart	18 maart	25 maart	31 maart	9 april	14 april	23 april
DOJO 2	Di. 20.15 uur			training			training		training	
DOJO 2	Wo. 18.15 uur		training			training				
DOJO 1	Wo. 20.30 uur				training					
DOJO 1	Do. 19.15 uur	training						training		training

Bij de zwarte blokjes met **training**, is er judodocent aanwezig. Op andere blokken kun je zelf trainen.