

Velkommen til ju jitsu sommerleir for barn og unge!

Alle barn i grunnskolealder (7 til 13 år) er herved invitert til to gledesfylte dager med en rekke spennende aktiviteter, god trening, lek, moro og sosialt samvær.

Samlingen avholdes lørdag og søndag er GRATIS (for deltakere på barneleiren)* og vil bli ledet av voksne, erfarne og motiverte instruktører.

Det trengs absolutt ingen forkunnskaper eller spesielt utstyr for å delta. *Eneste kostnad er kr 40,- per dag for lunch (brød, pålegg, melk, juice). Voksne betaler for deltakelse med et eget opplegg.

Treningen er basert på fartsfylte øvelser som fremmer koordinasjon, motoriske og sosiale ferdigheter, samarbeid, holdninger, disiplin og kontroll. Vi kaller det:

Trening med mening

I et trygt, konkurransefritt miljø har vi et sted hvor "alle er med på laget og ingen er reserve". Her deltar alle på sine egne premisser! Det er ingen krav til prestasjon.

Foreldre og foresatte er hjertelig velkommen til å være tilstede under samlingen. Dersom du ønsker det har du mulighet til å delta vederlagsfritt på utbytterike forelesninger, eller bare slappe av med en kopp kaffe eller te mens de unge trener.

Vær klar over at vi holder av plass til de som forhåndspåmelder seg, og at det er store muligheter for at vi må begrense påmeldingen. Her er det "først til mølla" som gjelder...

Påmelding og mer informasjon om samlingen finner du her:
<http://www.jujitsu.no/sommerleir.html>

Med vennlig hilsen
Oslo Ju Jitsuklubb og Ju Jitsu Norge,
i samarbeid med Norges Kampsportforbund