



Svenska Ju-jutsuförbundet

Ju-jutsu Kai

DAN-TRÄNING

Malmö 24 oktober 2020

För dig som vill gradera till 1:a, eller 2:a dan i Ju-jutsu Kai. Passa på att finslipa dina tekniker inför graderingen för de mest kunniga instruktörerna. Du är välkommen oavsett om du avser att gradera snart eller om något år. Du måste ha med egen kastdocka.

TILL 1 OCH 2 DAN

Tid	10.00 – 17.00
Plats	Malmö JJK dojo, Geijersgatan 2, Limhamn
Instruktörer	Riksinstruktör Anders Bergström, 8 Dan Riksinstruktör Ola Johanson, 7 Dan
Pris	800 kr/par Betalas till förbundets plusgiro 66 05 65-3 Skriv klubb, danträning, Malmö
Anmälan	Till Ola Johanson senast 9 oktober ola.johanson@ju-jutsu.se Ange namn, grad, klubb.





Information inför Danläger

Vi kommer att corona-anpassa våra läger under hösten. Vi följer Folkhälsomyndighetens och RF:s riktlinjer. Sker några förändringar där som ger riktlinjer kan lägret behövas ställas in med kort varsel.

Så för dig som anmäler dig gäller nu:

- Vi tränar med samma person hela lägret.
- Varje träningspar har en dedikerad yta i träningslokalen.
- Undvik träning med andra som inte ska vara med på lägret 5 dagar innan.

Man ska ha varit symptomfri inom de senaste 5 dagarna för att få vara med på lägret.

Symptom som avses är följande:

hosta	halsont
feber	huvudvärk
diarré	illamående
andningsbesvär	muskel- och ledvärk
snuva	smak- och luktbortfall
nästäppa	

- Vi undviker kroppslig kontakt under instruktion och det blir mer muntlig instruktion.
- Vi städer dojo gemensamt efter lägret.