



Beste judoka,

Het behalen van de zwarte band (1e Dan of een daaropvolgende Dan) kost veel trainingsarbeid. Veel training gaat zitten in het aanleren van de Kata's. Binnen de vereniging is de tijd daarvoor vaak krap omdat de trainer ook aandacht moet hebben voor het reguliere lesprogramma en de andere judoka's.

De judoverenigingen uit Horst aan de Maas organiseren daarom samen de Dan-trainingen, waarbij de Kata's centraal staan. De trainers van de verenigingen zijn daarbij roulerend aanwezig.

### **Wie, wat, waar en hoe?**

- Zaterdagmiddag 18:00-19:00u
- Dojo Budoclub Horst (Junior college, Lokaal JT02/JT12, Gebr. van Doornelaan 124 Horst)
- 2 perioden:
  - September – november (tot 1<sup>e</sup> examendatum)
  - December – juli (tot 2<sup>e</sup> examendatum)
- Kosten ca. € 5,- per les, verplichte afname van alle lessen per periodeblok.\*
- Deelnamevereiste minimaal bruine band

### **Aanmelden**

Stuur een e-mail naar jouw vereniging of, als je geen lid bent van een vereniging, de vereniging naar keuze (ook als je vragen hebt natuurlijk):

[info@judoclubsevenum.nl](mailto:info@judoclubsevenum.nl)

[info@kawanomura.nl](mailto:info@kawanomura.nl) (Lottum-Grubbenvorst)

[info@budoclub-horst.nl](mailto:info@budoclub-horst.nl)

[tmichels@plex.nl](mailto:tmichels@plex.nl) (Budoteam Meerlo-Wanssum)

Wil je graag trainen maar heb je geen vaste partner? Bespreek dit met je trainer of vereniging, wellicht dat we bij een andere vereniging de juiste partner kunnen vinden.

Met sportieve groet,

Jigoro Kano Sevensum  
Judovereniging Kawa-no-mura  
Budoclub Horst  
Budoteam Meerlo-Wanssum

\*Kosten op basis van het aantal deelnemers (uitgaande van 10 deelnemers). Betaling gaat per blok.