

Lahden judoseura
Junioreiden syyskauden aloitusleiri 2020
Ohjelma

Lauantai 15.8.

- 12.00 Ilmoittautuminen alkaa
- 12.30 Leirin kulku ja tavoitteet kaikille
- 13.00 Judo
- 15.00 Välipala, ulkoilu ja uinti/Mytjäinen
- 17.00 Judo
- 19.00 Päivällinen ja marjanpoimintaa Salpausselällä (Tuliaisat kotiin)
- 21.00 Lueskelua, seurustelu, iltatoimet
- 22.00 Hiljaisuus

Sunnuntai 16.8.

- 07.00 Aamureippailu + uinti/Mytjäinen
- 08.00 Aamupala
- 09.00 Judo, Vyökoe
- 11.00 Lounas + siivous
- 12.00 Kotiin

Judoharjoitukset vetää Lahden judoseuran valmentajat ja nuoret kilpailijat.

