

# Inspirationskursus

## Special træning for klubbernes instruktører

Jiu-Jitsu stilartsudvalget indbyder klubinstruktører, hjælpeinstruktører og potentielle instruktører til inspirationskursus/ special-træning med stilartsinstruktørerne.

Alle er velkomne – uanset stilart!

Kom og få inspiration til den daglige træning i selskab med stilartsinstruktørerne. Kurset lægger vægt på tips og tricks, når man skal lære andre om JJ-teknikker og principper.

**Tid:** Lørdag den 3. marts. 2012 kl. 12 - 17.

**Sted:** Holbæk Budo Skole  
Borgmestergårdsvej 18 B  
4300 Holbæk

**Program:**

12.00 - 13.30: 1. træningspas

13.45 - 15.15: 2. træningspas

15.30 - 17.00: 3. træningspas

**Tilmelding:** Skal være nedenstående i hænde senest den 25. februar.  
Jørn Engvang  
E-mail: [anemone@get2net.dk](mailto:anemone@get2net.dk)

**Kursusgebyr:** Kr. 75,- som betales ved kursusstart.  
\$, £, € eller plastic = Ingen træning! Kun kolde kontanter (DKK).

**Forplejning:** Medbringes selv. Drikkevarer og slik kan købes

**Overnatning:** Mulighed for overnatning i Dojo'en. Husk at der er katakursus dagen efter.

Med venlig hilsen  
Stilartsudvalget