

Invitation

Jiu-Jitsu Voksen Sommerlejr 2017

Lørdag den 24. juni - tirsdag den 27. juni kl. 10-17

DGI

www.dgi.dk/201721256004

DGI Kampidræt inviterer til Jiu-Jitsu VOKSEN Sommerlejr 2017

Voksen Sommerlejren er en uge med kammeratskab, masser af jiu-jitsu træning, nye input, inspiration og nye relationer. Vi har to til tre træningspas hver dag og vi udfordrer og inspirerer jer med andre træninger.

Vi får både besøg af Michael Pregels som er Hishigi træner i verdensklasse og yogainstruktør Mette Agerskov.

Maden på Sportspark Blåvandshuk er helt i top, så vi kan holde energien oppe til alle de ting vi skal i løbet af ugen. Der er natmad og aftenhygge, når dagens træning er slut.

Vi tager til Vesterhavet og bruger skoven omkring os til gode aktiviteter. Badeland er åbent og vi har selvfølgelig festaften om lørdagen, med ekstra god mad.

Vi lover en sjov og lærerig uge blandt venner med god træning for alle.

Målgruppen er alle mellem 17 og 90 år uanset niveau.

Sted

Sportspark Blåvandshuk
Strandvejen 2, 6840 Oksbøl
tlf. 7527-1653

Pris

Prisen er kr. 1.250,- og er inkl. mad og drikke, saft og frugt om eftermiddagen samt overnatning i hallen.

Det er alternativt muligt kun at deltage i lejrens to første dage (lørdag-søndag) for kun kr. 675,-

Der kan evt. tilkøbes natmad i Idrætscentrets cafeteria

Tilmelding via dgi.dk/201721256003

Lejrleder og yderligere info

Claus Rasthøj, claus@rasthoj.dk
tlf. 2075 5525

Spørgsmål til tilmelding og betaling

Kontakt Idrætskonsulent Lone Sand på lone.sand@dgi.dk eller tlf. 4017 8022

En uge før lejren får I sendt deltagerliste og program.

Tilmeld dig og læs mere her: www.dgi.dk/201721256004

DGI

Følg med på DGI Kampidræts Facebookside