



Judo Bond Nederland

District
Zuid Nederland



Hikomi waza en sutemi waza

Judo kata en jiu-jitsu kata

JBN-ZN Budo-dag

Zondag 14 juni

Katame no kata

Worpen

Presentaties



JBN:

*JBN leraar- en
scheidsrechters-
opleiding*

Club centraal/keurmerk

JBN toernooiplanner

*Nieuwe
Wedstrijdregels judo*

*Uitleg procedure voor
het aanvragen van
Dan-examens*

*veiligheids cursus voor
jonge kinderen. Alle
aspecten van kind-
veiligheid en
zelfverdediging.*

Passeren en kantelen

Ne waza jitsu no kata

Wapentechnieken

Nage no kata

Random Attacks

Overnamen en combineren

Klemmen en verwurgingen

14 juni 2015

van 09:30 uur tot 15:30 uur

Sporthal – Achter de tuintjes, Kapittelstraat 15, Gilze

Inschrijfgeld €7,50 voor 13 jaar en ouder, 4 werkblokken,
€4,00 voor jeugd tot en met 12 jaar, 3 werkblokken

Kijk op www.jbnzn.nl en op Facebook voor meer details en natuurlijk de inschrijfformulieren.