



Välkomna till klubbmästerskap i judo

När: lördag den **1/6 2024**.

Plats: Vår lokal i Skarpnäck, Skarpnäcks Gårdsväg 10 hus 11 ingång 6 D

SCHEMA:

09.00-09.45 - incheckning

10:00-11:00 – upprop och info, träning och uppvärmning

ca 11:00 - tävlingsstart

Du anmäler dig på hemsidan, bokningssidan

Om du inte har så skaffar du dig ett tävlingskonto på Smoothcomp

Perfekt första tävling för dig som vill prova på hur man tävlar i judo och en lika bra tävling för dig som är på väg in i landslaget. Vi delar in alla i grupper om 3-5 deltagare så alla går minst två matcher. Vi delar in i så nära ålder, vikt och grad det går och dom yngsta och mest oerfarna börjar tävla först. Efter varje block så har vi prisutdelning.

Du måste vara 110% frisk, hel och ren judodräkt, Vattenflaska, korta naglar.

