

Judoinfo

från Judo Dojo Norrköping

Alla träningsugna är välkomna tillbaka till en lite annorlunda judoträning under höstterminen 2020.

Vi följer FHM's och Svenska Judoförbundets (SJF) rekommendationer för träning. Nedan ett utdrag ur SJF's hemsida:

"Barn och ungdomar kan under rådande rekommendationer träna judo som vanligt, förutsatt att de inte har några symtom förstås."

"Äldre ungdomar och vuxna bör träna med så få partners som möjligt. Skaffa en liten "judofamilj" och håll dig till ett par träningspartners. Träna gärna mer stående än ne-waza."

Vi börjar nästa vecka, vecka 34 den 18 augusti, enligt nedanstående schema:

Tisdag	17,00 – 18,00	barn/ungdomar
	18,00 – 19,00	vuxna
Torsdag	19,00 – 20,00	vuxna

Styrelsen har beslutat om en halvering av tränings- och nybörjaravgifter för höstterminen 2020.

Riskbedömning för träning i aikido- och judosektionen har utarbetats av styrelsen och kommer att anslås i dojon.

Självklart ska alla som vistas i dojon vara fullt friska och för ytterligare säkerhet är det också önskvärt att föräldrar/syskon inte stannar kvar i dojon under framför allt barnträning.

Eventuella frågor besvaras av Jan Björkert.

Johnny Menard **070-6140930**

Stefan Ståhl **070-2034041**

Jan Björkert **070-6741571**

Magnus Holmlund **070-9968863**

Per Hedqvist **070-4819294**

Jens Tillenius **073-3964109**

Jan, Stefan, Johnny, Magnus, Per och Jens