



BUDO CENTRUM ZEIST

Zeist, donderdag 25 juli 2024

Week1 15-7 tot 21-7	Week 2 22-7 tot 28-7	Week 3 29-7 tot 4-8	Week 4 5-8 tot 11-8	Week 5 12-8 tot 18-8	Week6 19-8 tot 25-8
------------------------	-------------------------	------------------------	------------------------	-------------------------	------------------------

## Summer-Skool Budo Centrum Zeist

Beste sporters, ouders/verzorgers,

Hierbij het rooster van de derde week van de:  
**Summer-Skool** bij **Budo Centrum Zeist**

Week 3

Maandag 29 juli Van 19.00 tot 20.00 uur	Karate Beentechnieken en Balans	Vrij trainen alle sporten
Woensdag 31 juli Van 19.00 tot 20.00 uur	Aikido Karate vrij trainen	Vrij trainen alle sporten
Vrijdag 2 augustus Van 19.30 tot 20.30 uur	Jiu-jitsu/zelfverdediging vanaf 10 jaar	Vrij trainen alle sporten
Zaterdag 3 augustus Van 10.00 tot 11.00 uur	Karate Kata Pinan Nidan en uitleg/toepassing vanaf (bijna gele band)	Vrij trainen alle sporten

- Deelname is voor eigen risico.
- Bij kinderen onder 12 jaar raden we aan dat de ouders aanwezig blijven.
- Deelname is exclusief voor leden van Budo Centrum Zeist.
- Deelname is gratis en vooraf opgeven is niet nodig.
- Er wordt verwacht dat je je aan de regels en etiquette houdt die ook in de reguliere lessen gelden.
- We dagen je uit om ook andere sporten te proberen.

Zijn er suggesties of vragen dan horen we het graag. Veel plezier.

Met sportieve groet,  
Team Budo Centrum Zeist