



Strandtraining 2008

Op zaterdag 12 juli as sluiten wij het trainingsseizoen af met onze jaarlijkse strandtraining op het strand van Ouddorp. Deelname is voor alle leden van Budo Ryu Rotterdam. Kosten van deze happening, het is dit jaar ons *1^e Iustrum* (de 10^e keer) is € 5,00 per persoon dit is inclusief een lunch (2 broodjes en wat te drinken). Een routebeschrijving kun je van de website downloaden in PDF formaat. Ook kun je een routebeschrijving krijgen bij de dojo. Hou rekening met een langere reistijd indien het mooi weer is.

PROGRAMMA: (onder voorbehoud)

- **10:30 – 11:30 uur** JUDO strandtraining (inschrijving voor Budo Ryu Rotterdam - Rotterdam, Judoclub "de Kriekel" - Ouddorp, Judovereniging Middelharnis - Middelharnis) voor iedereen vanaf 5 jaar tot.....
- **11:30 – 12:30 uur** AIKIBUDO strandtraining (inschrijving voor Budo Ryu Rotterdam - Rotterdam, Budo Ryu Shizentai - Maassluis) voor iedereen vanaf 10 jaar
- **12:30 – 13:30 uur** JIU-JITSU strandtraining (inschrijving voor Budo Ryu Rotterdam – Rotterdam, Ouddorp) voor iedereen vanaf 8 jaar

Kosten voor deelname aan de training is € 5,00 (inclusief lunch 2 broodjes + drinken) Locatie strand - Vrijheidsduinpad - Ouddorp

Auto parkeren langs de weg bij Camping de Vrijheid, Vrijheidsweg 1 te Ouddorp (geen honden op de camping)

- De deelnemers moeten op eigen gelegenheid naar Ouddorp komen, en mogen aan alle sporten deelnemen

hierlangs afknippen

Naam:

Roepnaam:

Leeftijd:jaar

E-mailadres:

- Lid van: lokatie "Kralingen"
 lokatie "Ommoord"
 lokatie "Ouddorp"
 lokatie "Middelharnis"
 lokatie "Maassluis"

Strandtraining 2008