



Op zaterdag 13 juli as gaan we het trainingsseizoen weer afsluiten met onze jaarlijkse strandtraining op het strand bij Ouddorp Strandpaviljoen 't Gorsje **Duinpad de Punt Brouwersdam Ouddorp.**

Deelname is voor alle leden van Budo Ryu Rotterdam, (en uigenodigde verenigingen). Kosten van deze happening, (alweer de 14^e keer) is € 6,50 per persoon dit is inclusief een lunch (2 broodjes en wat te drinken). Een routebeschrijving (vanaf Rotterdam ± 65 kilometer, reistijd ± 50 minuten) 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)

- **11:00 – 12:00 uur** JUDO strandtraining voor iedereen vanaf 5 jaar tot.....
- **12:00 – 13:00 uur** JIU-JITSU strandtraining voor iedereen vanaf 7 jaar
- **13:00 – 14:00 uur** AIKIBUDO strandtraining voor iedereen vanaf 10 jaar
- **Kosten voor deelname aan de training is € 6,50 (inclusief lunch 2 broodjes + drinken)**
- Locatie strand - Vrijheidsduinpad - Ouddorp
- Auto parkeren parkeerplaats Beachclub 't Gorsje, Duinpad de Punt Brouwersdam Ouddorp.
- 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" (aanvinken wat van toepassing is)
- lokatie "Alexanderpolder"
- lokatie "Crooswijk"

Strandtraining 2013