



## District NN Budodag

Districtsbestuur JBN Noord Nederland  
p/a Dorpsstraat 20  
8437PB Zorgvlied  
[nn@jbn.nl](mailto:nn@jbn.nl)

Zorgvlied , maart 2023.  
Betreft: Uitnodiging.

### **Budodag District Noord Nederland 2023**

**Wanneer?** 13 mei 2023  
**Waar?** Sportcentrum Drachten aan de Leerweg te Drachten  
**Tijd?** 09:00 tot 16:30 uur

Beste budovrienden,

Bij deze willen wij de budosporter van harte uitnodigen om deel te nemen met de budodag van district Noord-Nederland. Naast activiteiten óp de mat hebben we ook een programma náást de mat!

**Programma:**

09:00 – 12:00 uur judowedstrijden DK-teams, Senioren- en Randoritoernooi  
09:30 – 16:30 uur speelhal met apenkooi en springkussens

Ca 12:30 uur pauze

13:00uur opening en gezamenlijke warming-up middagprogramma

<b>Budoka's tot en met 12 jaar:</b>	<b>Budoka's vanaf 12 jaar:</b>	<b>Trainers en coaches</b>
13:15 – 13:45uur clinic	13:15 – 14:45uur drie-sporten-stage	13:15 - 14:45uur interactieve workshop
14:15 – 14:45uur clinic	15:00 – 16:15uur drie-sporten-stage	over diverse randori-vormen voor de
15:15 – 15:45uur clinic		voor leeftijden -12 en -15 jaar.

16:15uur gezamenlijke afsluiting.

Tijdens de drie-sporten-stage volg je als budoka de drie sporten van de JBN; Aikido, Jiujuitsu en Judo. Heb je nog energie over? Dan kun je je kunsten tonen bij het doorlopende apenkooi of de luchtkussens.

Meedoen aan deze fantastische dag kost €10,- per deelnemer vanaf 12 jaar en ouder. Tot en met 12 jaar is dit € 5,-- Niet JBN-leden kunnen ter plekke lid van de bond worden, speciaal tijdens deze dag zonder inschrijfkosten!

Inschrijven kan via <https://toernooien-nn.mijnjudo.nl/> of direct via de QR-code:



We heten jullie van harte welkom op de mat in Drachten voor een gezellige budodag!

Wil je meer informatie?

Stuur dan een e-mail naar [dwoc@jbn-nn.nl](mailto:dwoc@jbn-nn.nl)

We maken er met zijn allen weer een mooi evenement van!

Vriendelijke groet,  
Namen district Noord-Nederland,  
Dirk Pool

Website: [www.JBN.nl/nn](http://www.JBN.nl/nn)

Facebook @JBNNoordNederland