



SAMURAI

Information till dig som Jiu-Jitsu-förälder

Träningen fokuserar på självförsvar, disciplin, fysisk hälsa och att ha kul. Under ledning av erfarna instruktörer får barnen utveckla sina färdigheter i en trygg och stödjande miljö, samtidigt som de lär sig värdefulla livskunskaper.

Första gången ni kommer till träning skall du registrera ditt barn; det gör du via den här QR-koden.



Barnet får, kostnadsfritt, testa på ett par veckor men sedan skall medlemsavgiften betalas in. Den är på 800 kr/termin. Du betalar via den här QR-koden. Ange namnet på den tränande.



För att träna Brasiliansk Jiu-Jitsu (BJJ) behöver barnet en Gi (träningsdräkt) med tillhörande vitt bälte. Klubben ordnar med inköp med jämna mellanrum men det går också bra att köpa själv, t ex från rebelz.se där vi har en rabattkod (jjks).

Att tänka på inför träningarna:

- Alltid ha ren gi
- Ha rena fötter
- Klippa alla naglar
- Inte ha några smycken
- Ta med vattenflaska
- Öva på att knyta bältet hemma

Träningstider är tisdagar kl 17-18 och söndagar kl 16-17. Vi gör uppehåll vid högtider och lov. Information finns på deltagarlistan där ditt barn prickar av sig inför varje träning.

Vid frågor kontakta Fredrik Aronsson, barntraning@samurai.se
Det finns också mer information på vår hemsida; samurai.se, under fliken Barnträning.