



Information till föräldrar inför MBKs Juniorläger 2018.

Se även: www.mjolbybudo.se



Då var det dags för sommarläger igen! Lägre börjar lördagen den **9/6 kl.10.00** och vi slutar på söndagen den **10/6 ca kl.17.00**. Ett mer detaljerat schema kommer att finnas i dojon. Lägeravgiften **400 kr** betalas vid lägrets start. Avgiften inkluderar träning, transporter, kost och logi för båda dagarna. Lägre avslutas med gradering för de som vill, graderingsavgift tillkommer då med **100:-**

OBS!! Åldersgräns, deltagare måste fylla minst 9år detta år.

Vi kommer att ha vår utgångspunkt i dojon, men träningen kommer att bedrivas utomhus. Vi kommer även att ta oss upp till Skogssjön för att träna där. Detta medför att vi kanske inte alltid är anträffbara i dojon. Mobilnr till tränarna; Mats 073 644 78 31, Johannes 070 399 90 16. kommer även att sättas upp på dörren.

Vi sover i dojon och där finns instruktörer till hands hela tiden. Under lägre serveras ett antal måltider. (Lör: lunch, mellanmål, middag. Sön: frukost, lunch, mellanmål) så matsäck behövs inte. Alla barn behöver en vattenflaska som de kan ta med sig vid måltider och när vi är ute, speciellt viktigt om det är varmt!!!!

OBS!

I dojon finns anmälningsslappen till lägre, se till att det finns ett telefonnummer på lappen där vi kan nå er under lägre, om det skulle behövas.

Vi behöver info om barn som inte är simkunniga och vi vill också veta om något barn behöver speciell medicin, är allergisk mot något eller något liknande.

Barn med matallergi: maila Mats; info@mindyourlife.se , om ni inte kan äta maten får ni skicka med egen mat och då reduceras lägeravgiften med 100:-.



Materiel som Skall medtagas: OBS, Namnmärk Allt!

- Gi och bälte (alt. vanliga träningskläder)
- En keps (om det är stark sol)
- Vattenflaska
- Handduk
- Duschtvål
- Sovsäck (liggunderlag.)
- Tandborste tandkräm.
- Ev. mediciner (allergi, myggmedel)
- Badkläder
- Fritidskläder (varma), ombytesmöjlighet.
- T-shirt
- Löparskor + extra strumpor **OBS! riktiga gympa/löpskor.**
- Glatt humör!

Vi syns i dojon!

Mer info, Mats (Tel; 073 644 78 31, info@mindyourlife.se)