

JUDO -

LUGI JUDO medlemsinfo, augusti 2017

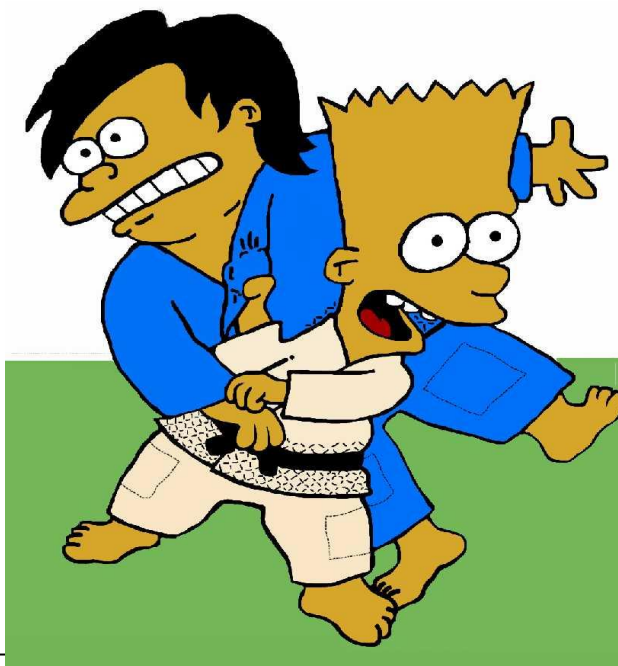
NYTT

Terminstart 28 augusti!

Hej alla LUGI Judomedlemmar!

Nu äntligen startar vi vår verksamhet i stor skala och anledningen att vi inte starta tidigare är att vårt hyresavtal med kommunen och Bollhuset som gör att vi inte får börja tidigare. Men nu är vi desto mer taggade och vi hoppas få se fullt på mattan från start.

Det har förekommit flera uppgifter om att alla medlemmar ska registrera sig i vilken grupp man ska tillhöra och även fakturagrupp. Har ni ej lyckats göra detta hjälper vi er med det på plats i terminsstarten. Ni kommer bara ner till er "gamla" träningstid i den gruppen ni tillhörde i våras. En del av barn och ungdomar ska eventuellt slussas in i nästa grupp, men det kan ha en dialog med er tränare om. Se även bifogat schema.



LUGI JUDO
ORDINARIE TRÄNING BÖRJAR
MÅNDAG 28 AUGUSTI
BOLLHUSET - LUND

MOTORIK
KONDITION
STYRKA
- ALLT I ETT!

NYBÖRJARSTARTER UNDER VECKA 36

INTAGNING SKER HELA SEPTEMBER. INGEN FÖRANMÄLAN KRÄVS!

BARN 4-5 ÅR JUDOLEKIS LÖRDAG KL. 10.00-11.00

BARN 6-7 ÅR JUDOLEKIS LÖRDAG KL. 11.00-12.00

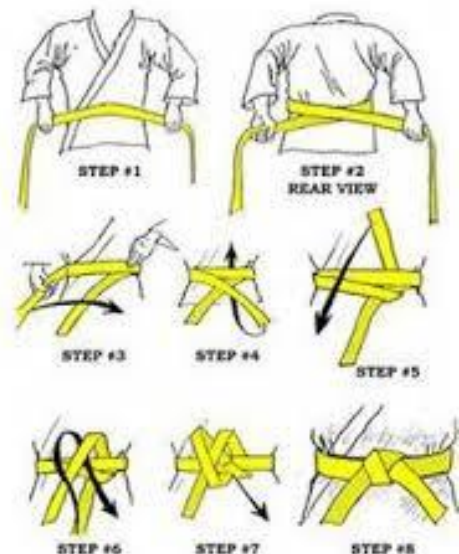
BARN 6-9 ÅR NYBÖRJARE FREDAG KL. 17.30-18.30

BARN 9-14 ÅR NYBÖRJARE TORSDAG KL. 17.00-18.00

VUXNA ÖVER 15 ÅR NYBÖRJARE ONSDAG KL. 19.00-20.30

VÄL MÖTT PÅ MATTAN!

MER INFORMATION: WWW.LUGIJUDO.SE



Kalendarium HT2017

Några viktiga datum i LUGI Judos kalender höstterminen 2017.

Augusti

26-27 Riksrändori (landslagsläger) Lindesberg
28 **Terminsstart** Bollhuset

September

2 Gothenburg Open Mölndal
2 **Lekisstart**
9 Riksfortbildning för klubbtränare Lindesberg
9 Grand Master Turn. Veteran Spanien
15 Träningsläger m P Gardiner Danmark
18-24 **Kompisvecka!**
23 Trollträffen Trollhättan
30 Linde Open Lindesberg

Oktober

7 Wemmenhög Open Skurup
8 Skåneserien 3
21 Finnish Open Tamperer
21 **LUGI Judo höstfest**
28 National Cup Halmstad
28-29 IJF World Judo

November

4 Adidas Challenge Borås
4 **Minnesdag Lopes/Kristiansson**
11 Syd Cup Staffanstorps
12 Skåneserien 4
18-19 Lag SM & Riksmästerskapen (u-lag)
25 Södra Judo Open
25 Gradering (endast från grönt bälte och upp)

December

3 Gradering (endast från grönt bälte och upp)
17 **Terminslut**



MOTORIK
KONDITION
STYRKA
- ALLT I ETT!

LUGI JUDO
NYBÖRJARSTART V. 36
FÖR LEKIS, BARN, UNGDOMAR & VUXNA
NYBÖRJARINTAG HELA SEPTEMBER
INGEN FÖRRANMÄLAN KRÄVS!

MER INFORMATION: WWW.LUGIJUDO.SE



LUGI JUDO PÅ FACEBOOK

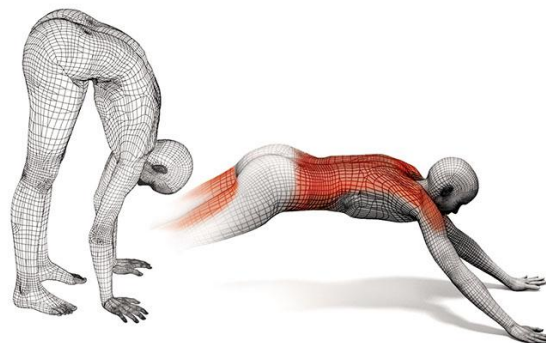
Glöm inte att gilla oss på facebook och få de senaste nyhetera där:

<https://www.facebook.com/lugijudo>

JUDO – NYTT

Medlemsinformation skickas ut till medlemmar via mejl tre ggr/termin i form av detta "Judo-Nytt" som även anslås på hemsida och anslagstavla i dojo (judoträningslokal). Läs detta och håll dig uppdaterad vad som händer i din klubb.

Har du någon idé om innehåll och kanske t o m kan tänka dig hjälpa till med att skriva, kontakta nuvarande skribent; michel.grant@lugijudo.org



Judo-Fys på söndagar

Vi vill passa på att göra lite reklam för fysträningen på söndagarna kl. 17.00-18.30 och med start 3 september. Här svettas gammal som ung med *crossfit-action*.

Ne-Waza

Vi vill även lyfta mattkampsträningen på fredagarna 18.30-19.30 som är ypperlig fysisk träning och mycket bra som konditionsträning. Vi vill passa på att tacka Göran Håkansson, som hållt i den här gruppen i över 20 år!!! Nu tar Schalle över avlöst av Daniel Legraf och Michel när han är iväg på ledaruppdrag.

Internationell domarlicens till Sador

Som vi tidigare nämnt klarade Sandor IJF-B testet för domare under sommaren. Här kan ni läsa hans rapport: <http://www.lugijudo.se/nyheter/?ID=153497&NID=343587>



Följ Mia och landslaget på VM

Inför VM som går i Budapest 28/8-3/9 kommer den svenska truppen ta över vår Instagram @swejudo! Ni kan följa som är en av de svenska deltagarna med medaljchans **Mia Hermansson** som fostrats i Lugi Judo i många år. Mia, -63 kg, är en av svensk judos mest rutinerade



landslagstävlande och har tävlat i världscupen sedan 2010. Hon har många placeringar, 18 st sjundeplats eller bättre, men de är också ganska jämt utspridda över hennes långa karriär. Tillräckligt täta blev de under OS-kvalet och hon lyckades knipa en kvalplats till Rio 2016. Där föll hon i första matchen och än värre blev det efter första tävlingen efter OS, Grand Slam i Tokyo i december, då Mia skadade sig i handen och tvingades till operation och sex månaders frånvaro från världseliten. I juni i år gjorde hon comeback, och på den tredje tävlingen, European Open i Minsk, var hon tillbaka på prispallen med en tredjeplats. Mia är återställd, hungrig och det är dags för karriärens hittills bästa mästerskapsplacering (7:a på EM i Baku 2015).

Foto: IJF Media Team



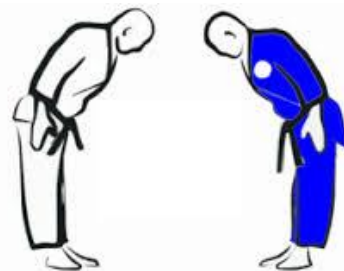
BUDO·NORD

Sparbanken Skåne



Samarbetspartners

JUDONS VÄRDEGRUND & KODORD



ARTIGHET

-att alltid hälsa, vara hjälpsam och vänlig mot andra människor

MOD

-att alltid vara rättvis och skydda dem som är svagare

ÄRLIGHET

-att alltid säga vad man tycker utan att sära någon eller ljuga

ÄRA

-att alltid hålla vad man lovar

ÖDMJUKHET

-att alltid vara självkritisk och inte skryta

RESPEKT

-att alltid vara lyhörd och respektera andra människor

SJÄLVKONTROLL

-att alltid i alla situationer kontrollera sitt uppförande och humör

VÄNSKAP

-att alltid vara delaktig och skapa en miljö som motverkar negativt gruppträck och mobbing

LUGI
judo
LUND • SWEDEN