

# BJJ LEIRI

**20.8-2.9 2015**

**OPETTAJA:** Brasilialainen Iran Mascarenhas saapuu Suomeen ohjaamaan leiriä kahdeksi viikoksi.

Hänen leirinsä ovat saaneet suuren suosion, hänen asiantuntemus ja tapa opettaa ovat omaa luokkaansa. Hän onkin yksi parhaista BJJ-valmentajista joita Suomessa on vierailut.



**KENELLE:** Leiri on tarkoitettu kaikille mattokamppailusta kiinnostuneille harrastajille lajitaustasta riippumatta. Tarjolla on opetusta niin vasta-alkajille, kuin kokeneillekin mattovääntäjille.

<b>TREENIT:</b>	<b>TO 20.8</b>	7:00-8:30 kaikki	18-19:15 kaikki
	<b>PE 21.8</b>	17-18:30 vain valkovöiset	
	<b>LA 22.8</b>	13-14:30 kaikki	16-17:30 kaikki
	<b>SU 23.8</b>	11-12:30 kaikki	
	<b>MA 24.8</b>	<b>ei harjoituksia</b>	
	<b>TI 25.8</b>	7:00-8:30 kaikki	18-19:15 vain valkovöiset
	<b>KE 26.8</b>	19:15-20:30 vain siniset ja ylemmät	
	<b>TO 27.8</b>	7:00-8:30 kaikki	
	<b>PE 28.8</b>	17-18:30 vain siniset ja ylemmät	
	<b>LA 29.8</b>	13-14:30 kaikki	16-17:30 kaikki
	<b>SU 30.8</b>	11-12:30 kaikki	
	<b>MA 31.8</b>	<b>ei harjoituksia</b>	
	<b>TI 1.9</b>	7:00-8:30 kaikki	18-19:15 kaikki
	<b>KE 2.9</b>	19:15-20:30 kaikki	

**ILMOITTAUTUMINEN:** Ennakkoilmoittautumiset: [info@finjutsu.com](mailto:info@finjutsu.com)

**HINTA:** Leiri on varsin edullinen, 60€ tai 20€ per yksittäinen treeni. Leiri maksetaan tilisiirrolla Helsingin ju-jutsuklubin tilille: FI58 2238 1800 0036 65 tai käteisellä leirille saapuessa.

**Tiedustelut:** [info@finjutsu.com](mailto:info@finjutsu.com)

Natalia Gadolin: 040 576 5551

HELSINGIN JU-JUTSUKLUBI