














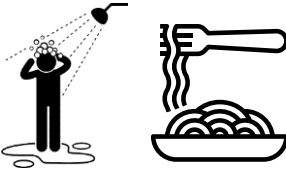
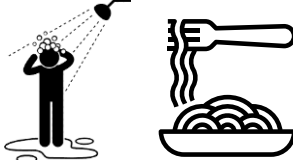
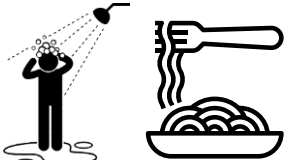
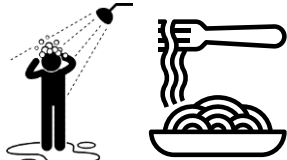
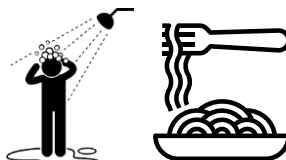


UGE 12-17; 24/25	MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
9.00-9.25	Omlædning 	Omlædning 	Omlædning 	Omlædning 	Omlædning 
9.25-9.50	Morgensamling 	Morgensamling 	Morgensamling 	Morgensamling 	Morgensamling 
9.50-13.00	Kampkunst 	Kampkunst 	GRUNDTRÆNING 	Kampkunst 	Kampkunst 
13.00-14.00	Bad & frokost 	Bad & frokost 	Bad & frokost 	Bad & frokost 	Bad & frokost 

Kære Andreas R., Anna T, Brinck, Debora, Erya, Frederik, Jes, Lars, Lisa, Marco, Mohammad, Niclas, Sari, Simone, Stephanie og Stine

I næste periode, mandag den 17. marts til fredag den 25. april, deltager du på temaet Kampkunst.

I Kampkunst tager vi udgangspunkt i kampaktiviteterne judo og brydning.

Den daglige undervisning foregår for det meste i judolokalet, hvor gulvet jo er dækket af en blød, lysegrøn og rød madras, som er rigtig god at bruge, når man skal kæmpe med og mod hinanden.

I Kampkunst har vi fokus på samarbejde, på kropsstyrke og kropskontakt. Der er også fokus på at turde kæmpe og bruge sine kræfter samtidig med, at vi passer på hinanden og følger de fælles regler.

Hver morgen tager vi de hvide gier på. Gier er ægte kampsportsdragter og de er gode at kæmpe i, fordi man sagtens kan hive i stoffet, uden at det går i stykker. Samtidig ser vi også ret seje ud, når vi har dem på.

Vi glæder os til et sjovt, spændende og udfordrende forløb sammen med jer.

Mange hilsner; Jette, Asker, Jeppe, Martin og Mads

Særlige datoer:

- o Torsdag den 3. april er der opvisningsdag på Idrætsskolen, når vi får besøg af danselinjen fra Sydøstsjællandss Idrætsefterskole.
- o Påskeferie fra og med mandag den 14. april til og med mandag den 21. april.
- o Der er studietur i uge 18, mandag den 28. april til den onsdag den 30. april. I får brev/mail om dette torsdag den 3. april. Vi skal til Sejrbøgen.