

TÜDRUKUTE JUDOPÄEV

3. oktoober · Elva spordihoone

PÄEVAKAVA

Kellaaeg	Tegevus
10:30-10:45	Kogunemine ja hommikukohv
10:45	Klaasgaleriis käelised tegevused
11:00-12:00	Vestlusring: toitumine kui tugisammas
12:00-13:30	Ühine judotreening
13:45-14:30	Lõunasöök - Elva Keegel ja Resto
14:30-16:45	Tähtjudokad, treening ja lõpetamine

JULGE OLLA JUDOKA

Kohtume tatamil!

PDF-i tekst ja tabel on valitavad ning kopeeritavad WordPressi redaktorisse.