

## Program Norway Ju Jitsu Camp 2018

### Fredag 22. juni – tider og aktiviteter

09.00–11.00	Registrering og sortbelte-test (lukket)
11.00–11.45	Trening – økt 1
11.45–12.30	Trening – økt 2
12.30–13.45	Lunsj
13.45–14.30	Trening – økt 3
14.30–15.15	Trening – økt 4
15.15–16.30	Trening – økt 5
18.00–20.00	Middag

### Lørdag 23. juni – tider og aktiviteter

10.00–11.00	Registrering (nye deltakere)
11.00–11.45	Trening – økt 1
11.45–12.30	Trening – økt 2
12.30–13.45	Lunsj
13.45–14.30	Trening - økt 3
14.30–17.30	Konkurranser
19.00–22.00	Grillfest

### Søndag 23. juni – tider og aktiviteter

10.30–11.00	Registrering (nye deltakere)
11.00–11.45	Trening – økt 1
11.45–12.30	Trening – økt 2
12.30–13.45	Lunsj
13.45–14.30	Trening – økt 3
14.30–15.30	Trening – økt 4