

# GÖR DIN EGEN JO!

**Små-samurajskola med jotillverkning och träning**  
**Lördag 27 april kl.10.00-12.00**



Jo-staven är ett av de träningsredskap vi använder i vår ordinarie träning. All träning med svärd och stav måste ske mycket reglerat och det finns regler för vad man får och inte får göra. Under denna förmiddag lär vi oss att göra vår egen jo, lär oss etikett och tränar.

## **Schema:**

10.00-11.00

Alla får en jostav i lagom längd (vi sågar till på plats). Man sandpappar sin jo och märker den med sitt namn.

11.00-12.00

Vi tränar basövningar och några hemliga tekniker med vår jo.

**Vem:** Alla som går grupp 3 & 4 (7-15 år) Föräldrar får också vara med i mån av plats.

**Pris:** 100 kr inkl. materialkostnad

**Anmälan:** på anslag i hallen eller på hemsidan. Max 20 barn.

Instruktörer: Pia och Patrik m.fl.  
Har du frågor, skriv till oss på [info@riai.se](mailto:info@riai.se).

**[www.riai.se](http://www.riai.se)**

