

# HILTI BJJ ACADEMY

## TRÄNINGSLÄGER 2010

**Under 2010 har vi satt datum för sju stycken träningsläger. Tre stycken på Hilti i Stockholm, tre stycken på Finnfighters Gym / Hilti Åbo och ett sommarläger på Åland.**

Vårterminen 2010  
Stockholm BJJ / SW  
Date: 20 feb

Åbo BJJ / SW  
Date: 17 april

Åbo BJJ / SW  
Date: 15 maj

Sommaren 2010  
Åland Summercamp  
BJJ / SW / MMA  
Date: 22-25 Juli

Höstterminen 2010  
Stockholm BJJ / SW  
Date: 25 sept

Åbo BJJ / SW  
Date: 13 nov

Stockholm MMA  
Date: 11 dec

Upplägget innebär att vi tränar heldag på lördagar. Alla är välkomna att delta och när vi åker till Åbo så ordnar var och en sin egen resa. Förslagsvis med Viking Line och båten som lämnar Stockholm på fredagen vid 20-tiden. Gå ihop fyra och fyra och boka en hytt. Vi möts på båten

Vi är framme i Åbo på lördagsmorgonen och tar taxi eller går till Finnfighters Gym / Hilti Åbo. Vi tränar två eller tre tvåtimmars pass med en ordentlig paus där emellan. Träningen avslutas i god tid för att hinna ner till båten som avgår på lördagskvällen.

Detta upplägg skapar möjlighet för alla som tränar på Hilti Arvika, Hilti Karlstad, Hilti Rinkeby, Hilti Uppsala att delta såväl som alla på Hilti Stockholm. Alla hinner då även resa hem i tid till jobb och skola. Upplägget skapar även möjlighet för många att delta eftersom kostnaden för den enskilde blir förhållandevis låg. Det handlar om dina kostnader för resa och mat. Vill du verkligen pressa kostnaderna tar du med dig kvällsmat för fredagen och handlar sedan mat i en matvaruaffär i Åbo.

Observera att det finns en åldersgräns för att få resa med båten. (Notera att samma upplägg nu lanseras bland våra finska vänner och att upplägget även fungerar omvänt. På detta sätt ges vi möjlighet till sju träningsläger under 2010).

Vänligen  
Styrelsen