

Judo – Arbeitskreis-Ostfriesland

Jugend-Wettkampf-Förderung

Koordinatorin: Gabriele Schürmanns – Landstr. 12 – 26524 Lütetsburg ☎ (0 49 31) 9 55 33 70
Fax: (0 49 31) 9 55 22 52 – E-mail: Gabi-Schuermanns@web.de

Einladung zur Judo-Wettkampf-Förderung 2014 für die Jugend U15 (Jg. 2002) für die Jugend U12 (Jg. 2003 / 2004 / 2005 / 2006) Mindestgraduierung 7. Kyu

Veranstalter: Judo-Arbeitskreis-Ostfriesland

Trainingsinhalte: Trainingsprogramm in Anlehnung der Ausbildungsrichtlinien des NJV.
Bereiche: Technik, Taktik und Kondition

Datum	Zeit	Ort / Dojo	Judo - Referent	Maßnahme
10.05.	12:30 – 15:30 Uhr	Leer	Matthias Boss Sebastian Engel	Judo 4

**Dojo: VfL Germ. Leer e.V.
Sporthalle des Teletta-Großgymnasium
Hajo-Unken-Str. - 26789 Leer**

INFO für die Saison 2014:

Es besteht Konditionstrainingspflicht in Form von Laufen oder Schwimmen, da fester Bestandteil der Lehrgangsmaßnahme.

Das Lauf- und Schwimmtraining ist eigenverantwortlich oder über die Vereine zu absolvieren. Auf Wunsch erfolgt am Ende der Saison ein Cooper-Test.

Mitzubringen sind: Erfassungsbogen (wenn dieser noch nicht vorliegt!),
Judogi, Schreibzeug, Duschzeug

Kosten: Es werden keine Lehrgangsgebühren erhoben.

Verpflegung: Verpflegung und Getränke bitte mitbringen.

Rückmeldung: Verbindliche Anmeldung schriftlich bis 2 Tage vor Lehrgangsbeginn an:
Gabi Schürmanns, Anschrift / e-Mail s.o.

Ausgefüllten Erfassungsbogen zum ersten Lehrgang mitbringen.
Ohne Unterschrift des Erziehungsberechtigten erfolgt aus versicherungstechnischen Gründen keine Lehrgangsteilnahme!!!

**Diese Einladung richtet sich ausschliesslich an
wettkampfinderessierte und wettkampforientierte Judoka!**

**Die Teilnahme an Qualifikationsmeisterschaften (KEM – BEM) wird erwartet sowie die Teilnahme der letzten Jahrgänge an Sichtungslerngängen und Kadermaßnahmen.
Das Ziel der Judo-Wettkampf-Förderungsmaßnahmen ist eine Platzierung**