

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 2015 für die Jugend U15 (Jg. 2002 + 2003) für die Jugend U12 (Jg. 2004 / 2005 / 2006 / 2007) 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
09.05.	09:30 – 12:30 Uhr	JC-Aurich	Wolfgang Ramm Matthias Boss	Judo 3

Dojo: JC Aurich
Sporthalle II der Realschule
Fürs Navi: Blumenstraße, 26603 Aurich - Bis zum Ende der Strasse fahren.

INFO für die Saison 2015:

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.

Mitzubringen sind: Erfassungsbogen 2015 (falls noch nicht vorgelegt)
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
wettkampffinteressierte und wettkampforientierte Judoka!

Die Teilnahme an Qualifikationsmeisterschaften (KEM – BEM) wird erwartet sowie die Teilnahme der letzten Jahrgänge an Sichtungslahrgängen und Kadermaßnahmen.

Das Ziel der Judo-Wettkampf-Förderungsmaßnahmen ist eine Platzierung bei den LEM und die Berufung in den Bezirks- bzw. Landeskader.