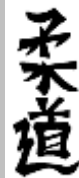




# Judo - Arbeitskreis Ostfriesland



Vorsitzender: Jenko Gerdes – Halbmonder Str. 43b – 26524 Hage - Tel. 04936 9914274 – Email: [info@judo-ak-ostfriesland.de](mailto:info@judo-ak-ostfriesland.de)

## Einladung zum Basislehrgang für die weibliche und männliche Jugend u10 und u12

- Veranstalter:** Judo-Arbeitskreis Ostfriesland
- Ausrichter:** TV Friedeburg
- Ort:** Dojo des TV Friedeburg  
Turnhalle Schule altes Amt  
Lüttmorland 1  
26446 Friedeburg
- Datum/Zeit:** Sonntag, 18.12.2016, 11:00 – 13:00 Uhr
- Leitung:** Jenko Gerdes, Jugendreferent Arbeitskreis Ostfriesland
- Teilnehmer/-innen:** weibliche und männliche Judoka u10 und u12  
(auch die Trainer/-innen sind herzlich eingeladen)
- Programm:**
- turnerische Elemente
  - Wurftechniken nach neuen Wettkampfgeln
  - Randori
- Kosten:** Teilnehmergebühren werden nicht erhoben
- Anmeldung:** Bis zum 04. Dezember 2016 an:  
**Jenko Gerdes**  
Halbmonder Str. 43b, 26524 Hage  
Tel.: 04931-9835248  
Email: [meldung@judo-ak-ostfriesland.de](mailto:meldung@judo-ak-ostfriesland.de)
- Anreise:** Siehe Homepage des TV Friedeburg.

**Wir würden uns freuen, wenn auch die Heimtrainer/-innen teilnehmen würden  
und wünschen eine gute Anreise nach Friedeburg**

*Jenko Gerdes*  
1. Vorsitzender und  
Jug.-Ref. AK Ostfriesland

*Astrid Janßen*  
TV Friedeburg