



# Judo - Arbeitskreis Ostfriesland



Vorsitzender Heye Kirsche – E-mail: [info@judo-ak-ostfriesland.de](mailto:info@judo-ak-ostfriesland.de) - [www.judo-ak-ostfriesland.de](http://www.judo-ak-ostfriesland.de)

Leer, 02.02.2020

## Vorbereitungslehrgang zum Grüngurt (3. Kyu)

Veranstalter:	Judo-Arbeitskreis-Ostfriesland
Ausrichter:	VfL Germania Leer
Ort:	Turnhalle des Teletta Groß Gymnasiums Hajo Unken Straße, 26789 Leer
Datum/Zeit:	<b>Samstag, 15. Februar 2020, 13:00 – 17:00 Uhr</b>
Referenten:	Wolfgang Ramm und Heydi Siebens
Teilnehmer/-innen:	Judoka des AK Ostfriesland zum 3. Kyu Trainer, Übungsleiter und Betreuer
Programm:	<b>Samstag, 15. Februar 2020</b> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Standtechniken vom 3. Kyu</li><li>➤ Bodentechniken vom 3. Kyu</li><li>➤ Kata (1. Gruppe der Nage-no-kata)</li></ul>
Kosten:	Teilnehmergebühren werden nicht erhoben
Meldung:	<b>Termin: 13. Februar 2020</b> nur mit vorgegebener Excel-Liste an <b><a href="mailto:wolfgangramm@gmx.de">wolfgangramm@gmx.de</a></b>
Hinweise:	Prüfungen werden grundsätzlich im Heimatverein abgenommen, wenn darüber hinaus Bedarf besteht bitte Verbindungsaufnahme mit Wolfgang Ramm  Bei Fragen steht Wolfgang Ramm unter 0176-31116825 zur Verfügung.

**Wir wünschen Euch eine gute Anreise nach Leer**

Wolfgang Ramm  
AK-Prüfungsreferent

Christian Boss  
VfL Germania Leer