



Bezirkslehrgänge zur Übungsleiterfortbildung

Bezirks★Freitage

Die Bezirksfreitage bieten interessierten Judoka – insbesondere Trainern und Assistenten – regelmäßige und zentrale Fortbildungen. Hier findet ihr ein spannendes Technikangebot und viele Ideen für das eigene Training. Bezirksfreitage finden am ersten Freitag im Monat statt und sind meist auch zur Verlängerung der ÜL-Lizenz geeignet.

Veranstalter:	Bezirksfachverband Hannover
Ort:	Friedrich-Ebert-Schule, Hindenburgstr. 79, 30851 Langenhagen Anfahrt: siehe www.vfb-langenhagen.de (Trainingsstätten)
Datum:	Jeden ersten Freitag im Monat: 19.15 Uhr – 21.45 Uhr
	3. Februar: Judo-Choreografie mit Martin von den Benken
	5. Mai: Judo-SV mit Manfred Grabinski
	9. Juni: Judospezifische Erste Hilfe mit David Gräter (Lehrkraft für Notfallsanitäter und Judoka)
	22. September: Kontertechniken mit Marc Blödorn (Landestrainer U15/U18)
	3. November: Unterlage im Boden – noch ist nichts verloren: Techniken aus der eigenen Rückenlage mit Oliver Budzinski
Kosten:	5,- Euro je Lehrgang
Teilnehmer:	Alle interessierten Judoka, insbesondere Assistenztrainer, Übungsleiter und Trainer (die Lehrgänge können mit je 3 Unterrichtseinheiten für die Lizenzverlängerung verwendet werden – Ausnahmen sind mit einem * gekennzeichnet).
Meldung:	Bis Dienstag vor dem Lehrgang Daniela Budzinski Mail: DanielaBudzinski@vfb-langenhagen.de
Anmerkung:	Bei Änderungen können nur diejenigen benachrichtigt werden, die sich angemeldet haben. Themenvorschläge für künftige Lehrgänge sind immer herzlich willkommen!