

Sonntagstraining Judo-Region Braunschweig

- Thema:** Wettkampfvorbereitungen zweites Halbjahr
- Zeit:** Sonntag, 02.10.2022
10.00 – 12.00 Uhr und
13.00 – 15.00 Uhr
- Ort:** Dojo des Braunschweiger Judo Clubs (BJC)
Eisenbütteler Straße 1, 38122 Braunschweig
- Trainer:** Gottfried Burucker, Florian Hahn und Melanie Wimmer
- Zielgruppe:** Judoka ab Jahrgang 2009 (nach Absprache auch jüngere Judoka)
- Kosten:** keine
- Inhalt:** Nur gemeinsam sind wir stark!
Zur Vorbereitung auf die Deutschen Einzelmeisterschaften u18 und u21 sowie die Bundessichtungsturniere bieten wir ein gemeinsames Training zur Vorbereitung an. Geplant sind neben wettkampfrelevanten Techniken und Taktiken viele Randori im Stand und im Boden.
Das Training richtet sich allerdings nicht nur an die Sportlerinnen und Sportler, die für die oben genannten Turniere qualifiziert sind, sondern an alle wettkampfinteressierten Judoka, die Lust auf Kämpfen haben. Damit jeder Judoka sein bestmögliches Ergebnis erzielen kann, sind beim Training viele motivierte Partner erforderlich. Heimtrainer sind natürlich herzlich willkommen und auf der Matte gerne gesehen.
- Sonstiges:** Eine schriftliche Anmeldung per E-Mail (an j_rathgen@gmx.de) bis zum 30.09.2022 ist zwingend erforderlich.
- Für die Verpflegung in der Mittagspause sind alle Judoka selbst verantwortlich (Selbstverpflegung).
- Die Teilnehmerdaten werden mit der Anmeldung dokumentiert und auf Wunsch nach vier Wochen vernichtet.
- Weitere Informationen gibt es bei den Trainern/Trainerinnen oder bei Johannes Rathgen (j_rathgen@gmx.de).