Offener Bezirk-OBB-Tageslehrgang

mit Milan Dišović und Anamaria Budiu

Veranstalter:	Bayerischer Judo-Verband e. V., Bez. Oberbayern
Ausrichter:	TuS Bad Aibling e. V.
Datum:	Sonntag, der 15.03.2020
Ort:	Schulsporthalle Teisendorf Steinwender Str. 1 83317 Teisendorf
Trainer:	Milan Dišović, Trainer beim TSV Großhadern, DOSB-Trainer A, Master of Sport and Physical Education Anamaria Budiu, DOSB-Trainer A, Dipl.-Sportlehrerin, Bez.trainerin OBB
Teilnehmer:	Alle interessierten Judoka, insbesondere U15 und U18 der BJV-Stützpunkte Bad Aibling und Kaufbeuren, sowie aller umliegenden Vereine Die Teilnahme wird vorbehalten, es erfolgt eine Bestätigung. Alle Vereinstrainer sind herzlich eingeladen, auch teilzunehmen.
Zeitplan:	bis 9.30 Uhr Eintreffen 10:00 bis 11:15 Uhr Training 1 Kurze Pause 11:30 bis 12:45 Uhr Training 2 13:00 bis 14:30 Uhr Mittagspause (Selbstverpflegung o. Gaststätte) 14:30 bis 16:00 Uhr Training 3
Trainingsinhalt:	Training 1: Ne waza - Kata sankaku Varianten Training 2: Tachi waza – Ashi waza Varianten Training 3: Verbesserung der physischen Komponenten in der Wettkampfperiode durch spezifische Judo-Übungen, sowie Randori
Sonstiges:	Selbstverpflegung oder Mittagsessen im Restaurant
Kosten:	Keine. Die Teilnehmer sorgen selbst für An- und Abreise, sowie für Ihre Verpflegung.
Anmeldung:	Bitte vereinsweise mit ungefährer Teilnehmerzahl an: Denis Weisser, Am Ufer 3, 83043 Bad Aibling Email: denis.weisser@judo-oberbayern.de
Leitung:	Denis Weisser, Bezirksvorsitzender Oberbayern
Sonstiges:	Entfällt

gez. Denis Weisser
Bezirksvorsitzender OBB