

Datum: 30.10.2019

Saarländischer Judo-Bund e.V.

Sportreferent
Stephan Penth

An (Verteiler): Judo Vereine des SJB
Athleten m/w ab Jahrgang 2003 und älter



Einladung zum Landeslehrgang der Frauen und Männer und der U 21 am 16.11.2019

Ort: Herrmann-Neuberger-Sportschule Saarbrücken, Judo-Halle

Datum: Samstag, den 16.11.2019

Zeit: Beginn ist um 09:30 Uhr, Ende ist um 16:00 Uhr

Teilnehmer: Judoka der Jahrgänge 2003 und älter m/w

Trainer: Franco Bartone

Zeitplan:

9:30 Uhr – 11:30 Uhr: Techniktraining-Boden, Übergänge Stand zu Boden, Bodenrandori.

Trainer: Franco

Teilnehmer: Judoka ab Jahrgang 2003 und älter, des SJB, gerne auch Gäste aus anderen Judoverbänden.

12:00 Uhr – 12:45 Uhr : Mittagessen in der Mensa der Sportschule. Für Athleten des SJB deren Anmeldung bis Meldeschluss vorliegt übernimmt der SJB die Kosten. Gäste aus anderen Judoverbänden müssen ihre Verpflegung selbst Organisieren.

12:45 Uhr–13:30Uhr: Pause

13:30 Uhr-16:00 Uhr: Techniktraining-Stand, Randoris im Stand.

Trainer: Franco

Teilnehmer: Judoka ab Jahrgang 2003 und älter des SJB, gerne auch Gäste aus anderen Judoverbänden.

Teilnahmebestätigung oder Absage bitte bis 13.11.2019 an stephanpenth@alice-dsl.net

Mit sportlichen Grüßen

Stephan Penth