

Datum: 30.12.2019

Saarländischer Judo-Bund e.V.

Sportreferent
Stephan Penth

An (Verteiler): Judo Vereine des SJB
Athleten m/w ab Jahrgang 2005 und älter



Einladung zum Landestraining der U18, U21 und der Frauen und Männer am 11.01.2020

Ort: Herrmann-Neuberger-Sportschule Saarbrücken, Judo-Halle
Datum: Samstag, den 11.01.2020
Zeit: Beginn ist um 09:30 Uhr, Ende ist um 13:00 Uhr
Teilnehmer: Judoka ab Jahrgang 2005 und älter, des SJB und ihre **Vereinstrainer**.
Gerne auch Gäste aus anderen Judoverbänden
Trainer: Franco Bartone

Zeitplan:

9:30 Uhr – 11:00 Uhr: Techniktraining-Stand, Randoris im Stand.
Trainer: Franco

11:00 Uhr–11:30Uhr: Pause

11:30 Uhr-12:45 Uhr: Techniktraining-Boden, Übergänge Stand zu Boden, Bodenrandori.
Trainer: Franco

Teilnahmebestätigung oder Absage bitte bis 08.01.2020 an Franco Tel: 015229170278

Mit sportlichen Grüßen

Stephan Penth