



Offener BJV-Stützpunkt-Tageslehrgang

mit Alexander Bauhofer

- Veranstalter: Bayerischer Judo-Verband e.V.
- Ausrichter: 1. JC Münchberg e.V.
- Datum: Mittwoch, der 03.10.2018 (Feiertag)
- Ort: Dojo des 1. JC Münchberg
Dr.-Martin-Luther-Straße 16, 95213 Münchberg
- Trainer: Alexander Bauhofer, BJV-Landestrainer
- Teilnehmer: Alle interessierten Judoka der Altersklassen U15/U18/21 und erwachsene Judoka insbesondere des Bezirks Oberfranken, sowie anliegende/interessierte Vereine
- Alle Vereinstrainer sind herzlich eingeladen, auch teilzunehmen.
- Zeitplan: bis 9:45 Uhr Anreise
10:00 – 12:00 Uhr Training 1
Mittagspause
13:30 – 14:45 Uhr Training 2
kurze Pause
15:15 – 16:45 Uhr Training 3
- Trainingsinhalte: Training 1: Schwerpunkt Stand
Training 2: Schwerpunkt Boden
Training 3: Randori und Zusammenfassung
- Sonstiges: Selbstverpflegung. Der Ausrichter bietet kostengünstig eine Mittagsverpflegung an. Bei Interesse bitte bei der Meldung angeben.
- Kosten: Keine. Die Teilnehmer sorgen selbst für An- und Abreise, sowie für Ihre Verpflegung.
- Anmeldung: Bitte vereinsweise mit ungefährender Teilnehmerzahl ausschließlich per Mail an: Alexander Bauhofer, E-Mail: alexander.bauhofer@b-j-v.de

gez. *Alexander Bauhofer*
Landestrainer

