



Offener WJV-Lehrgang für die Altersklasse ü30 m+w

| | |
|-----------------|---|
| Ort | Dojo der TSG Backnang Rötlenweg 8/1, 71522 Backnang (Anfahrtskizze unter www.wjv.de/anfahrt.php) |
| Ansprechpartner | Tim Lamsfuß, Breitensportkoordinator (Tel.: 07151-561250, mobil: 0172-7119971, t.lamsfuss@wjv.de) |
| Termin | Samstag, den 09. September 2006 |
| Uhrzeit | Beginn: 09:15 Uhr Ende: 17:45 Uhr |
| Ablauf | 09:30-11:30 Einheit 1 Schwerpunkt: Technik (Stand), Taktikschulung 12:00-13:00 Mittagessen 13:30-15:00 Einheit 2 Schwerpunkt: Randori Stand/Boden, Randori mit Aufgabenstellung 15:15-15:45 kurze Pause 16:00-17:00 Einheit 3 Schwerpunkt: Technik (Boden) 17:00-17:30 Einheit 4 Schwerpunkt: Abschlussgymnastik, Beweglichkeit |
| Trainer | Roman Baur 4. Dan, Trainer A-Lizenz, Bundesligatrainer |
| Kosten | 15,00€ inkl. aller Einheiten; inkl. 1 Mittagessen + 1 Getränk Für die Anreise und Rückreise sowie Versicherungen hat der Teilnehmer selbst Sorge zu tragen. |
| Anmeldung | auf beigefügtem Formular, Anmeldeschluss: 25. August 2006 Es besteht eine Mindestteilnehmerzahl von 15 Athleten! |