



**Württembergischer Judo-Verband e.V.**

**BADISCHER JUDO-VERBAND E.V.**

Fachverbände für Budo-Sportarten - Mitglieder im Deutschen Judo-Bund



## **Online-Seminar**

# **"Trainingstipps - Alternative Trainingsformen und -inhalte"**

**Termin: Dienstag, den 29.09.2020**  
von 18:00 bis ca. 19:30 Uhr

### **Beschreibung der Veranstaltung:**

Während der vorübergehenden Schließung aller Sporthallen im Rahmen der Corona-Pandemie haben viele Judovereine zur Überbrückung ihren Mitgliedern ein Online-Training angeboten. Seit dieser Zeit ist das Angebot an online abrufbaren Trainingsformen und -inhalten förmlich explodiert. Über diverse Plattformen kann man sich relativ leicht und schnell Tipps und Anregungen zum Training einholen.

Im Rahmen dieses Online-Seminars werden einzelne ausgewählte alternative Trainingsformen und -inhalte beschrieben und vorgestellt, die bei der Trainingsgestaltung und -durchführung gewinnbringend eingesetzt werden können.

### **Agenda:**

- 1. Einführung in die Thematik**
- 2. Kreativitätstechniken zur Entwicklung eigener Trainingsinhalte**
- 3. Judospezifisches Functional Fitness (u.a Animal Flow)**
- 4. Tandoku Renshu**
- 5. Taiso – Das 4. Element des Judo**
- 6. Abschluss & Informationsaustausch**

Der **WJV-Lehrreferent Dr. Tilo Gold** wird die Moderation des Online-Seminars übernehmen. Unterstützt wird er von:

- |                 |                 |
|-----------------|-----------------|
| - Michael Borst | Lehrteam        |
| - David Mahier  | Lehrteam        |
| - Thomas Schmid | Geschäftsführer |



**Württembergischer Judo-Verband e.V.**

**BADISCHER JUDO-VERBAND E.V.**

Fachverbände für Budo-Sportarten - Mitglieder im Deutschen Judo-Bund



**Anmeldung:**

**Per E-Mail an: [t.schmid@wJV.de](mailto:t.schmid@wJV.de)**

Anmeldungen unter Angabe von:  
Vorname, Name, Verein und Funktion.

Das Online-Seminar wird per Videokonferenz durchgeführt. Alle Teilnehmer erhalten rechtzeitig vor der Veranstaltung einen Teilnahme-Link per E-Mail vom WJV-Geschäftsführer Thomas Schmid zugesendet.

Aus Effizienzgründen ist die Teilnehmerzahl auf 15 Personen (zzgl. WJV-Referenten) begrenzt (first come – first serve).

Mit der Meldung zu dieser Veranstaltung erklären sich die Teilnehmer mit der elektronischen Speicherung ihrer relevanten Daten einverstanden.

**Teilnahme-**

**voraussetzungen:** Für die Teilnahme an dem Online-Seminar wird Folgendes benötigt:

- PC, Laptop, Tablet oder Smartphone
- Internetzugang
- Mikrofon & Videokamera
- Teilnahme-Link (wird den TN im Vorfeld der Veranstaltung vom WJV-Geschäftsführer Thomas Schmid per E-Mail zugesendet)

**TN-Gebühr:** kostenlos

**Sonstiges:** Anrechnung von 2 ÜE für die ÜL-/ Trainer-Lizenz Judo

Hinweise zum Datenschutz: Die personenbezogenen Daten (Name, Vorname, Verein, Funktion und E-Mail-Adresse) werden vom Württembergischen Judo-Verband e. V. bzw. dem Deutschen Judo-Bund e.V. verarbeitet, gespeichert und zum Zwecke der Lizenzausstellung an das DOSB-Lizenzmanagementsystem (LiMS) weitergegeben. Der DOSB hat zu keiner Zeit Einsicht in die personenbezogenen Daten der Lizenzinhaber/innen. Darüber wurde zwischen dem DOSB und dem Deutschen Judo-Bund e.V. eine Datenschutzvereinbarung entsprechend den gesetzlichen Vorgaben geschlossen. Die erhobenen Daten werden in LiMS für die Dauer von 10 Jahren gespeichert. Der Datenübermittlung kann jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widersprochen werden. In diesem Fall kann jedoch keine DOSB-Lizenz ausgestellt werden!