



**ü30 Lehrgang
und
Lehrgang für ehemals Aktive
am 31. Oktober 2009 in Leonberg**

Ort	Judoschule Roman Baur Möllenbachstraße 13, 71229 Leonberg	
Ansprechpartner	Tim Lamsfuß, Geschäftsführer des WJV (Tel.: 07151-561250, mobil: 0172-7119971, t.lamsfuss@wjuv.de)	
Termin	Samstag, den 31. Oktober 2009	
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, langjähriger Bundesligatrainer	
Kosten	20,00€ 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, <u>Anmeldeschluss: 25.09.2009</u> Es besteht eine Mindestteilnehmerzahl von 15 Athleten!	