



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

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

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



## **Offene Fortbildung Judo als lifetime Sportart**



**Ort:** Landessportschule Tailfingen  
Vogelsangstraße 21  
72461 Albstadt

**Termin:** Start Samstag 09:00 Uhr; Ende: Sonntag 11.30 Uhr  
(Datum siehe [www.wjv.de](http://www.wjv.de) unter Termine-Referate-Lehrwesen)

### **Beschreibung der Veranstaltung:**

Der demographische und auch gesellschaftliche Wandel hat enorme Auswirkungen auf unsere Sportart. Diesem müssen wir bei der Weiterentwicklung unserer Sportart Rechnung tragen.

Allerdings liegt darin auch enormes Potential. An diesem Lehrgang sollen diese Möglichkeiten aufgezeigt werden. Damit Judo das ganze Leben über – als lifetime Sportart – betrieben werden kann.

### **Inhalte:** Mögliche Themen u.a.:

- Die Möglichkeiten von Judo als lifetime Sportart
- Der demographische Wandel
- Gesellschaftliche Veränderungen
- Wirbelsäulengymnastik, Rückenschule, Kräftigungsübungen auf der Matte
- Ausdauertraining auf der Judomatte
- Alternative Judoformen
- Kata und Judo Selbstverteidigung
- Psychologische Aspekte

**Anmeldung:** Per E-Mail an: Dr. Tilo Gold, Referent Lehrwesen (Südstr. 14, 71083 Herrenberg) [t.gold@wjv.de](mailto:t.gold@wjv.de); Anmeldungen unter Angabe von: Vorname, Name, Geburtstag, Verein, Adresse und falls vorhanden: Lizenznummer.

Mit der Meldung zu dieser Veranstaltung erklären sich die Teilnehmer mit der elektronischen Speicherung ihrer relevanten Daten und deren Veröffentlichung in Aushängen, im Internet und in sonstigen Publikationen einverstanden. Gleiches gilt für Bilddokumentationen.

**Lehrgangsgebühr:** 65 € / Teilnehmer. In der Gebühr sind Unterkunft und Verköstung an der Landessportschule enthalten.

**Sonstiges:** Der Lizenzerwerb ist unabhängig der Standortzugehörigkeit des Vereins in beiden Verbänden (WJV & BJV) möglich.

Dieser Lehrgang findet in Kooperation zwischen dem Württembergischen Landessportbund und dem Württembergischen Judo-Verband statt. Anerkannter Träger im Sinne des Bildungszeitgesetzes ist der Württembergische Landessportbund.