

Offene Fortbildung Kyu- und Dan- Vorbereitung

Technik- und Kata Lehrgang I/2020 Molfsee bei Kiel



Sonntag, 19.04. 10:00 - 15:00 Uhr

Shime Waza 10-13h : Stoffsammlungen der 7 Würgegriffgruppen
Kata 13-15h : Basics für Anfänger und Einsteiger, Hofmann-Kata

Ort 24113 Molfsee, Hamburger Chaussee 2, Sporthalle am Bärenkrug
Parkplätze sind in ausreichender Zahl vorhanden

Teilnehmer Kyu- und Dan-Anwärter, Trainer und Übungsleiter
alle interessierten Judoka und Ju Jitsuka

Leitung/Referenten Hanna Elbnik, Silke Rühl , Dirk Kuballa

Anmeldung an Name silkeruehl@freenet.de Fax:0431-577392
Angabe:Name, Alter, Kyu, Verein
Meldeschluss 1 Woche vorher.

Kosten Shime Waza 10,- , Kata 10,-, beides zusammen 15,- €
Für jeden gemeldeten Judoka. Die Meldung ist verbindlich.

Infos/Hinweise [Facebook Silke Aus Kiel](#)
www.Judo-und-mehr.jimdo.com
Ein kleiner Kaffeestand ist vorhanden.
Übernachtungsmöglichkeiten im "Bärenkrug" oder "Catharinenberg" in Molfsee.

Weitere Technik / Kata Lehrgänge am 28.6. Siehe gesonderte Ausschreibungen.