



## **Ausschreibung Kaderlehrgang Leistungssport U18/U21/M + F , sowie U15 Endjahrgang**

- Veranstalter: Judo Verband Schleswig-Holstein e. V.
- Ausrichter: Judo Verband Schleswig-Holstein e. V.
- Ort: Geestlandschule Kropp Schulstrasse 15 , 24848 Kropp  
Schulsporthalle
- Datum: Samstag, den **15.12.2018**
- Zeitplan: 14:30 Uhr Anreise & Organisation  
15:00 Uhr bis 16:30 Uhr Technik Ergänzung, Erwerb und spezifische Anwendung  
16:30 Uhr bis 16:50 Uhr kleine Versorgungspause  
16:50 Uhr bis 18:20 Uhr Randori, spezifisches Athletiktraining und  
Jahresabschluss
- Teilnehmer: Alle Wettkampffinteressierten Judoka der Altersklasse U15 Endjahrgang/U18/21/F/M
- Mitbringen: Judogi, Pausengetränke, Faszienrolle, Verpflegung kleine Trainingsapotheke  
(Tape, Pflaster, ....)
- Trainer: Landestrainer Jan Ossenkopp und Landestrainer-Team, alle Heimtrainer/in
- Anmeldung: **Schnellst möglich, bis spätestens 12.12.18 an [jan.ossenkopp@jvsh.de](mailto:jan.ossenkopp@jvsh.de)  
mit den Teilnehmer/in Daten und Heimtrainer/in Daten wenn diese mit  
kommen.**

**Anti-Doping-Belehrung:** [www.gemeinsam-gegen-doping.de](http://www.gemeinsam-gegen-doping.de) → für Athleten

Mit sportlichen Grüßen das Trainerteam Nachwuchsleistungssport

