



# Bezirksrandori für die U15



## Abschlusstraining

- Veranstalter:** Bayerischer Judo-Verband e.V. – Bezirk Mittelfranken
- Datum:** Donnerstag, 12.12.2019
- Ort:** Dojo des TV Altdorf, Heumannstraße 5a, 90518 Altdorf
- Zeitplan:** Trainingseinheit 18:00-19:30
- Teilnehmer:** Verpflichtend für alle Bezirkskaderathleten und alle am Wettkampf interessierten Judoka der Jahrgänge 2005, 2006, 2007 und 2008 ab dem 7. Kyu (Gelb-Gurt)
- Mitzubringen:** Judogi, Bandagen/ Tape (falls notwendig), Krankenkassenkarte, ausreichend zu trinken
- Sonstiges:** Alle Vereinstrainer sind herzlich dazu eingeladen, sich mit dem Training der Athleten vertraut zu machen. Die Trainingseinheit legt den Schwerpunkt auf Randori, sowie verschiedene Boden- und Standtechniken.
- Gez. Kai Brandes**  
Bezirkstrainer
- Gez. Jugendleitung**  
Mittelfranken