



# Judo Verband Pfalz e.V.



## Landesrandori ab u18 am Landesstützpunkt Speyer 19.12.2014

Veranstalter: Judoverband Pfalz e.V.

Ausrichter: ESV Ludwigshafen (nur 19.12.2014)

Ort: Trainingshalle ESV  
Oskar-Vongerichten-Straße 7  
67061 Ludwigshafen

Zeit: 19:45 bis 21:30 Uhr

Termine: 17.10.2014 (Trainer: Andreas Kolbig, Michael Görgen-Sprau)  
21.11.2014 (Trainer: siehe unten)  
19.12.2014 (Trainer: Andreas Kolbig, Francine Polderl)

Teilnehmer: Judoka der Altersklassen u18 (cadet), u21 (juniors), Aktive (seniors)  
weiblich und männlich (mit und ohne Kaderstatus)

Judoka mit Kaderstatus (besonders u21/ Aktive) bitten wir, das Training möglichst zu nutzen. Das Training dient auch dem Informationsaustausch.

Die Heimtrainer der Vereine bzw. die Trainer anderer Stützpunkte (wie Kaiserslautern oder aus anderen Landesverbänden) sind ebenfalls herzlich eingeladen. Das Training dient auch dem gegenseitigen Austausch.

Trainer: Ferenc Nemeth (7. Dan), Michael Görgen-Sprau (1. Dan), Andreas Kolbig (5. Dan), Francine Polderl (3. Dan) und/ oder andere (je nach Termin).

Rückfragen an: Andreas Kolbig (Leistungskoordinator JV Pfalz), Tel.: 06232/965787, Mail: andreas.kolbig@judoverbandpfalz.de

Trainingsinhalte: Erwärmung; Technik (Stand – Boden); Randori (Stand-Boden)

Anmeldung: Eine Anmeldung ist nicht notwendig. Falls Übernachtungen gebraucht werden, bitte anfragen.

Andreas Kolbig (Leistungskoordinator JVP)

Michael Görgen-Sprau (Sportreferent JVP und 1. Vorsitzender JSV Speyer)

Francine Polderl (stellv. Sportreferentin JVP)

Uli Scherbaum (Landestrainer u21 wbl. & ml. JVP)