



# Judo Verband Pfalz e.V.

**Lehr- und Prüfungsreferent**

Thomas Föllinger, Am Wiesental 9, 76829 Landau,

FON: 06341-54230, FAX: 06341-54231, E-Mail: [info@judokan.de](mailto:info@judokan.de)



## **TECHNIK-LEHRGANG / TRAINER-FORTBILDUNG mit Bundestrainer Richard „Ritchi“ Trautmann**

- Veranstalter:** Judo-Verband Pfalz
- Ausrichter:** **JSV Speyer**  
JudoMaxx, Butenschönstraße 8, 67346 Speyer
- Datum/Zeit:** **Sonntag, 15. November 2015** 10:00 Uhr – 17:00 Uhr
- Thema:** **Grundlagen des modernen Wettkampfjudo**  
➤ Grundkampfkonzeption (GKKZ),  
für das alltägliche Training im Stand und im Boden  
➤ Uchi-komi und Nage-komi für die GKKZ  
➤ Situatives Lösen von Standardsituationen Boden für die GKKZ
- Referent:** **Richard „Ritchi“ Trautmann, 6. Dan,**  
Diplomtrainer Judo  
Bundestrainer des DJB für die Männer U21  
Olympia-Bronze 1992 in Barcelona / 1996 in Atlanta  
WM-Bronze 1993 in Hamilton  
Mannschafts-Europameister 1994 / 1995  
Autor verschiedener Lehrmedien des DJB
- DVD „Boden“** Wer rechtzeitig meldet, hat am Lehrgangstag die Möglichkeit,  
die brandneuen DVD´s von Ritchi „Erfolgreich im Bodenkampf“  
kostengünstig zu erwerben.
- Teilnehmer:** Judokas zum **Verlängern der TR-C-Lizenz (8 LE)** sowie  
**Interessierte Judokas als OFFENER Lehrgang**  
**Empfohlener Techniklehrgang für Landeskader/Landesauswahl**
- Teilnehmerzahl:** Maximal **ca. 60** Teilnehmer / Minimal **30** Teilnehmer
- Gebühr:** **20,- € pro TN**, zahlbar am Lehrgangstag  
**15,- € pro TN**, für Mitglieder der **Judo DAN Gemeinschaft**  
gegen Vorlage des aktuellen Mitgliedsausweises  
**10,- € pro TN**, für **JVP-Kader-/Auswahlathleten**
- Anmeldung:** Alle Anmeldungen müssen schriftlich erfolgen  
bis spätestens **Sonntag, 08. November 2015** an:
- Leitung:** **Lehr- und Prüfungsreferent Thomas Föllinger**  
FAX: 06341-54231 / E-Mail: [Thomas.Foellinger@judoverbandpfalz.de](mailto:Thomas.Foellinger@judoverbandpfalz.de)