



Judo Verband Pfalz e.V.

Lehr- und Prüfungsreferent

Thomas Föllinger, Am Wiesental 9, 76829 Landau,
FON: 06341-54230, E-Mail: thomas.foellinger@judokan.de



TECHNIK-LEHRGANG / TRAINER-FORTBILDUNG

mit Diplomtrainer & Supervisor & Coach

★ Leo Held ★

Veranstalter: Judo-Verband Pfalz

Ausrichter: 1. BC Zeiskam
Bahnhofstraße, 67378 Zeiskam

Datum/Zeit: Samstag, 14. Mai 2022 10:00 Uhr – 17:00 Uhr

Thema: Langfristiger technisch/taktischer Leistungsaufbau eines Judokas

- Körperstabilität durch Einzel- u. Partnerübungen, vorbereitende Übungen/Vorübungen zum Techniktraining, situative Schrittmuster
- Aufbau von Handlungsketten
- Übergang „Stand-Boden“ / Boden

Referent: Leo Held, 4. Dan

Deutscher Meister im Judo 1986
10 Jahre Mitglied der Deutschen Judo-Nationalmannschaft
12 Jahre Technischer Direktor und Nationalcoach beim Schweizerischen Judo-Verband
Teamchef Judo Olympische Spiele Sydney 2000, Athen 2004 und Peking 2008
Ausgezeichnet als Trainer des Jahres 2008 (Credit Suisse Sports Awards)
Diplomtrainer Judo / Trainingswissenschaften, Trainerakademie Köln
Diplomsportlehrer / Sportwissenschaften, Deutsche Sporthochschule Köln

Teilnehmer: Judokas zum Verlängern der TR-C-Lizenz (8 LE) sowie Interessierte Judokas als OFFENER Lehrgang

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

Anmeldung: Alle Anmeldungen müssen schriftlich erfolgen bis spätestens Sonntag, 08. Mai 2022 an:
Lehr- und Prüfungsreferent Thomas Föllinger
E-Mail: t.foellinger@judoverbandpfalz.de

Leitung: Thomas Föllinger