

Rebland - Randori

2018

offene Trainings- u. Fördermaßnahme der wettkämpfenden Judoka Mittelbadens
unterstützt durch: **Jugendleitung des Badischen Judoverbandes e.V.**

Ausrichter: **BC Greffern**

Organisatorisch einbezogen:

TG Ötigheim, TV Bühl, BC Greffern, BK Bühlertal,
JC Sinzheim, JJKSV Rastatt, BC Malsch

Samstag, 10.03.2018
10.00 Uhr - 12.00 Uhr

Ort: **BC Greffern**
(Untergeschoss Schwimmhalle)

Inhalte : :
- allgemeine Erwärmung
- wettkampfspezifische Techniken
- Randori im Stand/Boden

Teilnehmer: Wettkämpfer U10/U12/ U15 m/w
und interessierte Judoka aller
Vereine der Region

Leitung/ Trainer: Trainerteam BC Greffern

Viel Spaß beim Training!!!

