



## Offener BJV-Stützpunkt-Tageslehrgang

### mit Alexander Bauhofer

- Veranstalter: Bayerischer Judo-Verband e.V.
- Ausrichter: SG Eltmann e.V.
- Datum: Donnerstag, der 30.05.2019 (Christi Himmelfahrt)
- Ort: Georg-Schäfer-Halle  
Oskar-Serrand-Str. 27, 97483 Eltmann
- Trainer: Alexander Bauhofer, BJV-Landestrainer
- Teilnehmer: Alle interessierten Judoka der Altersklassen u15/18/21 und erwachsene Judoka insbesondere des Bezirks Unterfranken, sowie anliegende/interessierte Vereine
- Alle Vereinstrainer sind herzlich eingeladen auch teilzunehmen.
- Zeitplan: bis 9:45 Uhr Anreise  
10:00 – 12:00 Uhr Training 1  
Mittagspause  
13:30 – 14:45 Uhr Training 2  
kurze Pause  
15:15 – 16:45 Uhr Training 3
- Trainingsinhalte: Training 1: Schwerpunkt Stand  
Training 2: Schwerpunkt Boden  
Training 3: Randori und Zusammenfassung
- Sonstiges: Selbstverpflegung
- Kosten: Keine. Die Teilnehmer sorgen selbst für An- und Abreise, sowie für ihre Verpflegung.
- Anmeldung: Bitte vereinsweise mit ungefährender Teilnehmerzahl ausschließlich per Mail an: Alexander Bauhofer, E-Mail: alexander.bauhofer@b-j-v.de

*Alex Bauhofer*

gez.: Alexander Bauhofer  
Landestrainer

