



Judo-Lehrgang

- Termin : **Samstag, dem 21. April 2018**
- Beginn : 14:00 Uhr - 18:00 Uhr
- Ort : 27419 Sittensen, **Sporthalle der Grundschule**
- Teilnehmer : von 6 - 99 Jahre
- Referent : Thomas Uehlken 6.Dan - NDK Prüfungsreferent
- ❖ **Uchi-Komi in Variationen**
 - ❖ **Werfen aus der Bewegung**
 - ❖ **Kombinationen und Kontertechniken**
 - ❖ **Standardsituationen in der Bodenlage**
- Teilnahmegebühr : 15,00 € Erwachsene
- Teilnahmegebühr : 10,00 € Jugendliche und Schüler bis 18 Jahre
- Meldeschluss : **Samstag, dem 14. April 2018**
Der Veranstalter übernimmt keine Haftung.
- Anreise : Autobahn A1 Bremen - Hamburg Abfahrt Sittensen
aus Bremen oder Hamburg kommend,
links ab Richtung Ortsmitte - ca. 1,5 km
vor der 3. Ampel (in Ortsmitte)
rechts – vor Restaurant MILOS / Parkplatz der Grundschule Sittensen
- Meldungen an : Regina Intemann, Freudenthal Straße 11, 27383 Scheeßel,
Tel.: 04263-3753, E-Mail: Regina.Intemann@web.de

Mit sportlichen Grüßen

Regina Intemann, Präsidentin
Thomas Uehlken, Prüfungsreferent

