



Hamburger Judo-Verband e.V.

Mitglied im Hamburger Sportbund e.V. und Deutschen Judo-Bund e.V.
Landesfachverband für die Budo-Sportarten Judo • Jiu-Jitsu • Kendo • Kyudo • Aikido

Herbstlehrgang 2019

Das Herbstschul – Wochenende! Der beste Kurzurlaub aller Zeiten für Judoka jeden Alters (ab 16) und jeder gesundheitlichen Verfassung. Judo auf bestem nationalen und internationalen Niveau, mit erstklassigen Trainern, optimaler ärztlicher und physiotherapeutischer Betreuung und flankierenden Maßnahmen der physikalischen Therapie (Sauna, Kneipp, Fango, usw., auf Wunsch diesmal auch Akupunktur!) Gemeinsam mit Spaß gesund und bewegt älter werden!

In diesem Jahr mit Ralf Lippmann, 7. Dan, DJB Ausbildungsleiter. Ebenfalls im Programm: Meinhard Habib - Hapkido, Tai Chi und SV Lehrer. Auch wieder im Angebot: Judo Massage bei Dr. Jens, Faszientheorie und -therapie mit Uwe. Exklusiv mit einer Feuershow von Katja und natürlich - mit Euch!

Anerkannte Trainerfortbildung für Trainer-C, -B, und -A Lizenzen!

| | |
|------------------------------------|---|
| Referenten: | Ralf Lippmann, 7. Dan, DJB Ausbildungsleiter Meinhard Habib, Hapkido, Tai Chi und SV-Lehrer Uwe Holz, 2. Dan, Trainer-A, Diplom-Physiotherapeut Dr. med. Jens Sengebusch, 2. Dan, Arzt und Masseur Katja Kiencke, Physiotherapeutin und Heilpraktikerin ... und wieder ein Überraschungstrainer! |
| Organisation: | Helmut Behnke |
| Termin: | 06. – 08. September 2019 |
| Zeiten: | Anreise: Freitag, 06.09.2019 bis 18.00 Uhr Ende: Sonntag, 08.09.2019 ca. 13.30 Uhr |
| Veranstaltungsort: | Todtglüsinger Sportverein Tostedter Straße 20 21255 Todtglüsing |
| Teilnehmer: | Erwachsene ab 7. Kyu (Gelbgurt) |
| Teilnahmegebühr: | 95,00 Euro. Bei Teilnahme an nur einem der Tage kostet der Lehrgang am Samstag 60,- € bzw. am Freitag und Sonntag jeweils 40,- €. Inbegriffen sind hier das Abendessen am Freitag und Samstag, Imbiss am Samstagmittag, sowie Kaffee, Tee, Wasser und Kekse in allen Pausen |
| Übernachtungsmöglichkeiten: | 1. Hotel – Gasthaus Wiechern (gegenüber dem Sportverein) Tostedter Straße 9 21255 Todtglüsing Übernachtungen incl. Frühstück kosten EZ: 60,00 € / Übernachtung, DZ: 90,00 € / Übernachtung 2. Hotel Zum Meierhof (ca. 2 Km entfernt) Buxtehuder Straße 3 |

21255 Tostedt
Übernachtungen incl. Frühstück kosten
EZ: 49,00 € / Übernachtung, DZ: 79,00 € / Übernachtung

3. Ferienwohnung Schwedenhaus
Friedrich-Vorwerk-Straße 1
21255 Tostedt
Infos unter: www.bettis-traeumerei.de
Falls gewünscht bitte selbst buchen!

4. Im Dojo (Schlafsack, Luftmatratze o.ä. mitbringen) 5,00 €

Frühstücksbuffet: Im Gasthaus Wiechern, kann für 10,00 Euro mit gebucht werden.
(Ist bei Hotelübernachtung inklusive)

Abendessen: Köstlichkeiten aus der regionalen Küche am Freitag- und
Samstagabend

Mittagessen: Leichte Sportler-Kost am Samstagmittag

Transfer: Vom Bahnhof Tostedt zur Halle möglich, falls gewünscht bitte bei der
Anmeldung angeben.

Anmeldungen: Baldmöglichst (max. 50 Teilnehmer), spätestens bis 30.06.2019 an
Helmut.Behnke@t-online.de

Dabei bitte angeben:

- Teilnahme Freitag bis Sonntag oder einzelne Tage
- Übernachtung ja / nein; falls ja, Hotel oder Dojo
- Frühstücksbuffet ja / nein
- Vegetarier ja / nein

Die Teilnahmevergabe erfolgt nach Meldeeingang. Jede Anmeldung
wird bestätigt. Nach Meldeschluss erhalten die Teilnehmer die
Rechnung. Bitte vorab kein Geld überweisen.

Sonstiges: Anerkannte Fortbildung für Trainer-A, B, C- Lizenzen.
Qualifizierung für Dan Anwärter über 30 Jahre und Techniklehrgang für
den 1. und 2. Kyu.