



# Judo-Verband Schleswig-Holstein e.V.

Breitensport  
Silke Rühl  
Breitensport@JVSH.de

## Offener Sommerlehrgang

Mit Katrin Höppner und Silke Rühl

Datum: **Sonntag, den 25.07.2021, 11:00 Uhr - 15:00 Uhr**

Ort: Sport- und Bildungszentrum Malente  
23714 Malente, Eutiner Str. 45

Inhalte: **Life Kinetik:** Mehr als Fitness und Gehirnjogging  
**Animals:** den Tieren auf der Spur  
**Kleine Spiele für kleine Gruppen:** Was kann ich zwischendurch mal mit meiner Gruppe machen?  
**Entspannungs-Methoden**

Teilnehmer: Alle interessierten Judoka des JVSH und anderen Landesverbänden mit Gültigem Judopass. Ab U15. Ab Gelbgurt. Andere TN nach Absprache möglich.

Mitzubringen: Judogi, Judopass, Getränke, Verpflegung

Kosten: 10,-€ bitte überweisen an den JVSH: **Verwendungszweck: OSI\_25.07.21**  
Bankverbindung: DE97 2309 0142 0006 4188 13  
**Der Überweisungsbeleg ist bei der Registrierung vorzulegen.**

Meldung: Judo-Verband Schleswig-Holstein e. V. Breitensport  
Mail Breitensport@JVSH.de  
**Angabe Name, Verein, Jahrgang, Graduierung**  
Tel: 0431 / 66 13 103 Geschäftsstelle  
**Meldeschluss: 16.07.2021**

Besonderes: Für die aktive Teilnahme an dem Lehrgang werden **4 UE für die Trainer-C Lizenzverlängerung. Mitglieder des Juniorteams kostenfrei!**

**Nur begrenzte Plätze verfügbar! Zu Beginn des Lehrgangs ist ein negativer Corona Schnelltest vorzulegen, bzw. ein Impfnachweis zu erbringen.**

**Der Corona-Schnelltest kann Vor-Ort erworben werden.**

Bitte rechtzeitig erscheinen, so dass wir pünktlich um 11:00Uhr mit dem Lehrgang beginnen können. **Eintreffen bis 10:45h!**