

Stundenplan : JUDO - Übungsleiter 2024 Teil - 1

Kursteil 1 : 28.04.2024 : Sportzentrum VIVAX ; Waldandacht 5 ; 8680 Mürzzuschlag		
Zeit	Inhalt / Themen	Referenten
09:00 – 11:00	Administratives; Aufwärmen; Ukemi-waza	Fratzl Karl
11:00 – 12:30	Praktische Übungen ; 6.+ 7. + 8. KYU	Fratzl Karl
12:30 – 13:00	Mittagspause	
13:00 – 14:00	Praktisch-meth. Übungen; 9.+10. KYU	Fratzl Karl
14:00 – 15:30	Methodik ; Aufbau Trainingseinheit	Sattler Lena
15:30 – 17:00	Aufwärmspiele	Peinsipp Hanna

Kursteil 2 : 05.05.2024 : JUFA Leibnitz ; Klostergasse 37 ; 8430 Leibnitz		
Zeit	Inhalt / Themen	Referenten
09:00 – 10:30	Griffkampf ; Kampfgestaltung	Grasmugg Marc
10:30 – 12:00	Technikfamilie Seoinage	Wenzel Gernot
12:00 – 13:00	Mittagspause	
13:00 – 14:30	Übergang Stand - Boden	Wenzel Gernot
14:30 – 16:00	Sportpsychologie ; Coaching	Freydl Luis
16:00 – 16:45	Rechtsgrundlagen; Haftungsfragen	Röck Helmut
16:45 – 17:30	Themen + Einteilung Lehrauftritte	Fratzl Karl

Der Stundenplan für die restlichen 2 Kursteile (Sa. 30.11. und So. 01.12.2024) wird rechtzeitig bekanntgegeben !!

Änderungen vorbehalten !!