



BJV
BAYERISCHER JUDO-VERBAND E.V.



Oberpfalz Bezirkslehrgang U11/13/15 31. Oktober 2026

Veranstalter:	BJV, Bezirk IV/Oberpfalz	
Ausrichter:	FC Neuenburg v. Wald	
Ort:	Katzdorfer Straße 18, 92431 Neunburg v. Wald, Turnhalle über dem Hallenbad Dojo: 2. Stock	
Datum:	Samstag, 31. Oktober 2026	
Zeitplan:	bis 09:30 Uhr	Anreise
	10:00 – 12:00 Uhr	Trainingseinheit 1 – Schwerpunkt O-Goshi 1. Judospezifische Aufwärmübungen – Stand 2. Uchi-Komi 3. Rad, Salto, Handstand 4. Alles um O-Goshi in Verbindung mit Randori
	12:00 – 13:00 Uhr	Mittagspause
	13:00 – 15:00 Uhr	Trainingseinheit 2 – Schwerpunkt Boden 1. Judospezifische Aufwärmübungen – Boden 2. Rad, Salto, Handstand, Handstandüberschlag 3. Grundprinzipien der Haltegriffe / Gurke 4. Randori, Spiel 5. Ausklang
Teilnehmer:	Judokas des Bezirk Oberpfalz, Teilnahme wird in der Rangliste berücksichtigt.	
Meldeschluss:	23. Oktober 2026, jugendleitung@oberpfalzjudo.de	
Lehrgangsgebühr:	15 € Mittagsverpflegung (Nudeln mit Tomatensoße) und Getränk. Geschirr (tiefer Teller) und Besteck bitte mitbringen.	
Mitbringen:	Judogi, Bandagen/Tape (falls notwendig), Krankenversicherungskarte	
Trainer:	Andreas Köppl, Michael Nicola	
Veranstalter und Ausrichter übernehmen keinerlei Haftung.		
Wir wünschen allen eine gute Anreise.		
Für den Veranstalter		Für den Ausrichter
Johan Doossche Jugendleitung		Andreas Köppl Abteilungsleiter

Einverständniserklärung:

Mit der Teilnahme an dieser Veranstaltung des Bayerischen Judo-Verband e.V. erklären sich der Sportler bzw. seine Erziehungsberechtigten damit einverstanden, dass die im Zusammenhang mit der Teilnahme an der Veranstaltung gemachten Fotos, Filmaufnahmen und Interviews durch den Bayerischen Judo-Verband e.V. bzw. den Ausrichter in Internet, Rundfunk, Fernsehen und Printmedien ohne Anspruch auf Vergütung verbreitet und veröffentlicht werden. Der Teilnehmer erklärt sich außerdem mit der Veröffentlichung seines Namens und Vornamens, seines Vereins, seines Wohn-Landes und Wohn-Bundeslandes in allen veranstaltungsrelevanten Printmedien (Teilnehmerliste, Ergebnisliste, etc.) und in allen elektronischen Medien wie dem Internet und Medienkanälen des Bayerischen Judo-Verband e.V. einverstanden.