

Bezirkstrainer Detmold

weibliche U 15: Daniela Krist, daniela.kabbeck@web.de
Handy: 0176 / 70426746

männliche U15: Dominik Brett, dominikbrett@t-online.de
Handy: 0157 / 71495572

**Einladung zum Vielseitigkeitslehrgang mit
Übernachtung 2020
U13 - U16**

Veranstalter	Stützpunkt Herford /NWJV
Datum	Freitag 10.1. bis Samstag 11.1.2020
Beginn	Freitag ca.17:45 Uhr Anreise bis 17:30 Uhr
Ende	Samstag ca. 12 Uhr
Ablauf	<u>Freitag:</u> Inhalte des Vielseitigkeitstests Bereiche Kraft, Beweglichkeit, Koordination und Ausdauer <u>Samstag:</u> Frühstück Inhalte des Vielseitigkeitstests, Bereich Judo Randori
Ort	Landesleistungsstützpunkt Herford, Vlothoer Str. 1, 32049 Herford
Meldung	Alle Athleten die sich anmelden verpflichten sich, ihre Teilnahme im Heimatverein/ beim Heimtrainer bekannt zu geben !
Kosten	Bis zum 9.1.2020 an: Per E-Mail an daniela.kabbeck@web.de Pro Teilnehmer 20 € (inklusive Abendessen ,Frühstück und Lehrgangsgebühr)
Mitzubringen sind	Judosachen Duschsachen + Handtücher Taschenlampe Krankenversicherungskarte Judopass + Notfallnummer