



## JUDO UNTERFRANKEN LEBT AUF #judounterfranken

Alle News findet ihr hier!  
[judounterfranken.de](http://judounterfranken.de)



### Online-Lehrgang Bezirk Unterfranken am 19./20./21.02.2021

Ein Wochenende - Ein Bezirk - Viele Themen - Viel Spaß

Veranstalter:	Judo Unterfranken – Bezirk im Bayerischen Judo-Verband e.V.
Datum:	Freitag, 19. Februar 2021 bis Sonntag 21. Februar 2021
Ort:	Online
Zeitplan:	Freitag - 19.02.2021 18:00 – 18:30 Technikcheck & GeTogether 18:30 – 20:00 Trainerstammtisch Samstag - 20.02.2021 10:00 – 11:00 Training U13/U15 11:15 – 12:30 Training für alle: Fitness & Haltung 15:00 – 16:00 Thema U18-Erwachsene: Grundlagen Ernährung 16:15 – 17:15 Training U18-Erwachsene: WasserkastenWorkout 17:30 – 18:30 Thema U18-Erwachsene: Ernährung im Sport Sonntag - 21.02.2021 11:00 – 12:00 Training für alle: Bewegung/Stretching 14:00 – 16:00 Spielenachmittag U13/U15 16:30 – 17:30 Entspannung für alle

Teilnehmer:	Alle Judoka, die einem unterfränkischen Verein angehören und Interessierte am Judosport! Jahrgänge: U13 (2009/2010); U15(2007/2008); U18 (2004-2006); U21 (2006-2003) und Erwachsene (2003+)
Referenten:	Funktionäre des Bezirks Unterfranken und Gäste
Teilnehmergebühr:	<b>Keine!</b>
Meldungen:	bis 10. Februar 2020 <b>schriftlich</b> an <a href="mailto:vorstand@judounterfranken.de">vorstand@judounterfranken.de</a> <u>Bitte bei Meldung angeben:</u> Name, Verein, Jahrgang, E-Mailadresse, Telefonnummer und an welchen Einheiten ihr teilnehmen wollt ☺ <i>Bei Fragen könnt ihr auch gerne anrufen: 0151/12479834 (Jonas, Jugend)</i>

Weitere Informationen zum genauen Ablauf erhaltet ihr nach Eurer Anmeldung.  
Zur Teilnahme ist ein an das Internet angeschlossenes Endgerät (PC/Tablet...) nötig.  
**Wir freuen uns darauf, euch wieder zu sehen und gemeinsam zu trainieren!**

Mit der Teilnahme an dieser Veranstaltung des Bayerischen Judo-Verbandes erklären sich der Sportler/Prüfer damit einverstanden, dass die im Zusammenhang mit seiner Teilnahme an der Veranstaltung gemachten Fotos, Filmaufnahmen und Interviews durch den Bayerischen Judo-Verband bzw. dem Ausrichter in Internet, Rundfunk, Fernsehen und Printmedien ohne Anspruch auf Vergütung verbreitet und veröffentlicht werden. Der/die Teilnehmer/in erklärt sich außerdem mit der Veröffentlichung seines Namens, Vornamens, sowie seines Vereins, in allen veranstaltungsrelevanten Printmedien und in allen elektronischen Medien wie dem Internet einverstanden.