

Ulrich Klocke , 7. Dan und  
Wolfgang Biedron 7. Dan (Schweden)

## **Doppellehrgang – Frankfurt am Main 23. und 24. Januar 2016**

### **1) Techniklehrgang**

Termin:

**Samstag, 23. Januar 2016 – 09.30-18.00 Uhr**

Themen des Lehrgangs:

- **Abtaucher (ohne Griff am Bein!)** - kommen auf Weltniveau wieder stark in Mode
- **Tomoe-nage, Yoko-tomoe-nage und Yoko-sumi-gaeshi** - notwendige „Ergänzungstechniken“ für jeden Wettkämpfer
- **Juji-gatame und Shime-waza im Übergang zum Boden** - immer noch und immer wieder erfolgreich bei Spitzenkämpfern
- **Uchi-komi (und auch Randori) abwechslungsreich und richtig eingesetzt bei Jungen, Alten und Kämpfern** - als Techniktraining, Ausdauertraining und Bewegungsschulung

Teilnehmerkreis:

Alle Judoka ab 13 Jahren, Mindestgraduierung 3. Kyu (Techniker, Kämpfer, Trainer, Oldies, Frauen, Männer, Kataexperten u.v.a.m.)

---

### **2) Weiterbildung für Trainer, Übungsleiter und Vereinsvertreter (Funktionäre)**

Termin:

**Sonntag, 24. Januar 2016 – 09.00-13.00 Uhr**

Themen des Lehrgangs:

- **Unsere Kids in den Vereinen werden immer jünger – wie kann man sie unterrichten und im Verein halten?**  
Müssen Kinder unter 10 Jahren zweimal in der Woche trainieren? Oder ist es besser wenn sie (auch über ihre Eltern) dazu ermuntern noch eine (oder zwei) Sportarten zu betreiben? Müssen 5-8-jährige Kinder perfekte Techniken erlernen? Oder sind sie mit einer allgemeinen Körperschulung durch Spiele, variationsreiches Aufwärmen, Hindernisbahnen usw. besser bedient, unabhängig davon ob sie später im Judoka, Fußballspieler oder normale „Sterbliche“ werden? Wir erläutern unsere Ideen zum Thema!
- **Bewegt ÄLTER werden mit Judo** - Wie man bei älteren Judoka mit „sanftem“ Bewegungsjudo die Freude am Üben und Bewegen beibehalten kann

Teilnehmerkreis:

Trainer und Übungsleiter mit und ohne Lizenz, Vereinsfunktionäre und alle die am **Thema „Vereinsentwicklung“** Interesse haben

Trainer/Referenten:

**Ulrich Klocke, 7. Dan**

international bekannter Judo-Pädagoge, Autor der Lehrbücher „Judo Lernen“, „Judo Anwenden“, „Judo meistern“ und weiteren Judo-Büchern, zahlreiche Texte und Fotos zum Judo im offiziellen Fachorgan „Judo-Magazin“; Mitglied des Lehrteams des DJB.

Seit neusten auch „Weltmeistertrainer“ (Falk Petersilka U18 – WM-Gold 2015)

**Wolfgang Biedron, (Schweden) 7. Dan**

Vor seiner Auswanderung nach Schweden deutscher Jugend-Nationalkämpfer und Mitglied der Sportfördergruppe der Bundeswehr unter Heiner Metzler; langjähriger internationaler Kämpfer für Schweden (3. Platz EM), vielfacher schwedischer und skandinavischer Meister, ehemaliger schwedischer Nationaltrainer, ehemaliger Vorsitzender der Lehrkommission des Schwedischen Judo-Verbandes; Initiator des „Sundsvall-Modells“, das seinen Verein zum größten Judo-Club Schwedens machte.

Ort:

**Ravensteinzentrum des FTV 1860  
Pfingstweidstraße 7 (am Zoo)  
60316 Frankfurt/Main**

Anmeldung

(bis 18.01.2016)

Hermann Schladt – Walter-Hesselbach-Str. 89

60389 Frankfurt/Main – Fax: 069/57002007

Mail: [vssinternet@googlemail.com](mailto:vssinternet@googlemail.com)

**Bei der Meldung bitte genau angeben ob für Lehrgang 1, 2 oder beide Tage**

Teilnehmergebühr:

**NEU:** Für das leibliche Wohl gesorgt – **alle Speisen und Getränke sind inklusive!!**

a) Lehrgang Samstag	Erwachsene je Teilnehmer	50,- EUR
	Jugendliche je Teilnehmer	35,- EUR
b) Lehrgang Sonntag		25,- EUR

Einzahlung **nach Eingang der Teilnahmebestätigung** auf:

Konto Nr.402168 BLZ 550 905 00 bei Spardabank Südwest (Hermann Schladt);  
zum Lehrgang bitte Einzahlungsbeleg mitbringen.

Sonstiges:

Beide Lehrgänge werden im Hessischen Judo Verband in Kombination mit den Lehrgangsstunden der A-Level-Lehrgänge als Fortbildungsmaßnahme für Trainer - C Leistungssport und Trainer - C Breitensport anerkannt.

Auf Wunsch ist eine Übernachtung auch im Dojo möglich. Anmeldung bei: Rico König, Tel.: 0174/96 94 012 Mail: [judo-ftv1860@gmx.de](mailto:judo-ftv1860@gmx.de)



Rico König  
Frankfurter Turnverein 1860



Hermann Schladt  
Judo Club Frankfurt/Main



Richard Keil  
HJV-Bezirk Ost