



Judo – Arbeitskreis Ostfriesland



Vorsitzender: T. Rademacher – Thünerweg 16 – 26532 Großheide
Tel. 04936 3114652 – Fax 03212 1104262 – Email: Thomas.Rademacher@judo-ak-ostfriesland.de

Einladung zum Basislehrgang für die weibliche und männliche Jugend u14

- Veranstalter:** Judo-Arbeitskreis Ostfriesland
- Ausrichter:** JKG Norden
- Ort:** Dojo in Norden
Gartenstraße 1
26506 Norden
- Datum/Zeit:** Sonntag, 19.09.2010, 10:00 – 12:00 Uhr
- Leitung:** Matthias Boss, Jugendreferent Arbeitskreis Ostfriesland
- Teilnehmer/-innen:** weibliche und männliche Judoka u14
(auch die Trainer/-innen sind herzlich eingeladen)
- Programm:**
- Techniken der Ashi – Waza
 - Kombinationen
 - Randori
- Kosten:** Teilnehmergebühren werden nicht erhoben
- Anmeldung:** Bis zum 18. September 2010 an
Matthias Boss
Alexanderstrasse 99f, 26121 Oldenburg
Tel. 0441-3048694
Email: matthias.boss@judo-ak-ostfriesland.de
- Anreise:** [Anreise siehe : http://www.judo-kg-norden.de/](http://www.judo-kg-norden.de/)

**Wir würden uns freuen, wenn auch die Heimtrainer/-innen teilnehmen würden
und wünschen eine gute Anreise nach Emden**

Matthias Boss
Jug.-Ref. AK Ostfriesland

Hans-Jürgen Baldeus
JKG Norden