



Happy New Year **RANDORI**



damit die Weihnachtspause nicht zu lang wird, haben wir wieder ein Neujahrs-Randori für Euch in Augsburg geplant!

Eingeladen sind alle interessierten Judoka aus dem Ligabetrieb, dem Schwabenskader und Alle, denen die Zeit bis zum nächsten Heimtraining zu lange erscheint! Damit ihr den Termin auch als Vorbereitung auf die kommenden U18 und U21 Meisterschaften nutzen könnt, wird es nach dem gemeinsamen Aufwärmen eine Technikeinheit geben. Im Anschluss - Randori satt! Es können alle Judoka ab der Altersklasse U15 teilnehmen.

Freitag, den 05.01.2023

- Ort: Dojo des SV Gold-Blau Augsburg
86159 Augsburg, Ulrich-Hofmaier-Straße 30
- Anreise: 09.30 Uhr
1. Einheit: 10.00 – 11.30 Uhr: Gemeinsames Aufwärmen und Techniktraining (Übergang Stand-Boden)
- Pause: 11.30 – 12.00 Uhr
2. Einheit: 12.00 – 14.00 Uhr: Randori

Bitte um kurze Rückmeldung zur Teilnahme am Randori an Alexander Timakow (jugend@judoschwaben.de) zur besseren Planung!
Wer Interesse an einem kleinen „Hock“ nach dem Training hat, gibt in der Mail kurz Bescheid,
damit wir gegebenenfalls in einem Restaurant reservieren können.

Euch Allen besinnliche Festtage und einen „guten Rutsch“ ins Neue Jahr!

Gut Wurf!

