



**Judo-Verband Rheinland e.V.**

**-Breitensport-**

**Breitensportlehrgang – Judo Ü 30**

Liebe Judoka,  
zum folgenden Lehrgang laden wir euch herzlich ein:

Termin: **23.03.2025, 11:30 - 17:00 Uhr**

Ort: Kreissporthalle, Westerwaldstraße, 56203 Höhr-Grenzhausen

Ausrichter: SV Urmitz

Leitung: Benjamin Franke / Jens Brückner (Ü30 – Referent)

Programm: **Vorbereitung Deutsche Meisterschaften Ü30**

**1. Einheit: 12:00 – 13:30 (Boden/Randori)**

**2. Einheit: 15:00 – 17:00 (Stand/Randori)**

Teilnehmer: alle interessierten Wettkämpfer (Teilnehmer DEM Ü30)

Kosten:

Anmeldung:

Meldeschluss:

gez. Ausrichter: Jens Brückner (RW Koblenz)

gez. Veranstalter: Benjamin Franke (SV Urmitz)

Anmerkungen: Es werden 3 Stunden ÜL-Fobi anerkannt