



### Breitensportworkshop 2019 des BJV

Ort: TSV Großhadern, Heiglhofstraße 25, 81377 München

Datum: 04./05.05.2019

Schwerpunktthema: Gesund & Fit durch Judo – richtiges Krafttraining, spannende Zirkel, richtig Atmen, Yoga für Geist und Körper, Spaß am Boden, kreisende Bewegungen, dazu Vorträge zu den Themen: Neurofeedback und Ernährung

Referenten: Ulrich Klocke, (8.Dan, Judobuch-Autor, Judofotograf, Diplom-Trainer, Diplom Pädagoge)  
Gernot Wührer (Diplom-Psychologe, Deutscher Mannschaftsmeister Judo, 1.Dan), Isabella Testa  
(Kraftsportexpertin – vers. Trainerlizenzen, Ernährungsberaterin (Master), Jens Keidel, u.a.

Workshopleitung: Jens Keidel, Breitensportkoordinator

Zielgruppe: alle Judoka von 11 - 99

Kosten: Earlybirdpreis (bis 15.03.19): 40,-€ , 45,-€ (Sa./So), 25,-€ für einen Tag (ohne Unterbringung )

Samstag, 28.April 2018: Beginn: 10:00 Uhr

Sonntag, 29.April 2018: Ende: ca. 15:30 Uhr

Es finden teilweise 2-3 Seminare bzw. Workshops parallel statt.

alle interessierten Judoka max. 160

ohne Unterbringung

Mögliche Hotels sind:

Hotel Neumayr, Heiglhofstr. 18, 81377 München, <http://www.hotel-neumayr.de>

Hotel Thalmair, Heiglhofstr. 3, 81377 München, <http://www.hotel-thalmair.de>

Empress Hotel, Würmtalstr. 99, 81375 München, <http://www.empress-hotel.de> (liegt um die Ecke)

**Anmeldung** und Bezahlung über DOO: <https://doo.net/veranstaltung/32336/buchung>

Weitere Informationen: [koordinator@b-j-v.de](mailto:koordinator@b-j-v.de)

*Sonstiges: Mit der Teilnahme an dieser Veranstaltung des Bayerischen Judo-Verbandes erklären sich der Sportler bzw. seine Erziehungsberechtigten damit einverstanden, dass die im Zusammenhang mit seiner Teilnahme an der Veranstaltung gemachten Fotos, Filmaufnahmen und Interviews durch den Bayerischen Judo-Verband bzw. den Ausrichter in Internet, Rundfunk, Fernsehen und Printmedien ohne Anspruch auf Vergütung verbreitet und veröffentlicht werden. Der Teilnehmer erklärt sich außerdem mit der Veröffentlichung seines Namens und Vornamens, seiner Altersklasse, seines Vereins, seines Wohn-Landes und Wohn-Bundeslandes und seiner Ergebnisse (Platzierungen) in allen veranstaltungsrelevanten Printmedien (Teilnehmerliste, Ergebnisliste, etc.) und in allen elektronischen Medien wie dem Internet einverstanden.*