



Kyu + Dan – Freitage 2024

Bezirkslehrgänge zur Vorbereitung auf alle Judo-Gürtel-Prüfungen im NJV

Die *Kyu + Dan - Freitage* bieten eine Plattform für ein begleitetes Üben zur Vorbereitung auf die Inhalte aller Judo-Gürtel-Prüfungen. Regelmäßig können Interessierte hier trainieren und bekommen Betreuung, Ratschläge und Rückmeldungen in allen Prüfungsfächern.

Dies umfasst sowohl das **Grund- und Erweiterungsprogramm** zum Erwerb von Kyu-Prüfungen als auch die Aufgaben und Inhalte vom **1. bis zum 5. Dan**.

Die einzelnen Termine sind dabei „themenoffen“, das heißt, trainiert wird nach den Wünschen und Bedürfnissen der Teilnehmer – Eigenmotivation ist also die erste Voraussetzung!

Zusätzlich sei für die Vorbereitung einer Kata der (Bezirks-) **Kata-Stützpunkt** genannt („jeden“ Freitag beim TuS Bothfeld in Hannover - Gartenheimstraße).

Interessierte Referenten können sich gerne nach Absprache ergänzend einbringen.

Bestenfalls kommt man mit einem **Partner**, um die Zeit optimal nutzen zu können.

Die *Kyu + Dan-Freitage* sind eine genehmigte Maßnahme des NJV Ausbildungsleiters zur Vorbereitung auf **alle Kyu- und Dan-Prüfungen innerhalb des NJV!**

Veranstalter:	Bezirksfachverband Hannover	
Ort:	Friedrich-Ebert-Schule Ada-Lessing-Platz 9 30851 Langenhagen Anfahrt: siehe www.vfb-langenhagen.de (Trainingsstätten)	
Datum:	1x im Monat: 19.15 Uhr – 21.30 Uhr	
	19. Januar 2024 09. Februar 2024 01. März 2024 12. April 2024 17. Mai 2024 14. Juni 2024	Juli (Sommerferien) 16. 23. August 2024 06. September 2024 25. Oktober 2024 08. November 2024 06. Dezember 2024
Kosten:	<i>Kyu + Dan-Freitage</i> sind eine kostenfreie Maßnahme für alle Judoka	
Teilnehmer:	Alle interessierten Judoka, die für eine Kyu- oder Dan-Prüfung im NJV trainieren möchten	
Referenten:	Dr. Oliver Budzinski, Marcus Thom, Carsten Tront und andere	
Meldung:	Unter Angabe eurer Namen , eurer Graduierung und euerm Trainingswunsch bis Mittwoch vor dem jeweiligen Lehrgang an Daniela Budzinski, gerne per Mail an DanielaBudzinski@vfb-langenhagen.de Bei Änderungen oder Ausfällen kann nur informiert werden, wer sich rechtzeitig angemeldet hat.	