



Kyu + Dan – Freitage 2025

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	
	17. Januar 2025 14. Februar 2025 14. März 2025 25. April 2025 16. Mai 2025	20. Juni 2025 29. August 2025 26. September 2025 07. November 2025 05. Dezember 2025
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 weitere	
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.	