

# Judo-Lehrgang mit Frank Wieneke (8. Dan) am 25. April 2020 im Ravenstein-Zentrum



Gold-Medaille Olympische Spiele 1984 in Los Angeles, Silber-Medaille Olympische Spiele 1988 in Seoul, Europameister, mehrfacher Deutscher Meister

2001 – 2008 erfolgreicher Trainer der Judo-Nationalmannschaft (u.a. Ole Bischof, Gold-Medaille Olympische Spiele 2008 in Beijing)

Seit 2009 wissenschaftlicher Referent der Trainerakademie Köln des DOSB

## Themen:

Morote- und Ippon-seoi-nage (Kumi-kata, R:R- und R:L-Systematik)

Sumi-gaeshi als Übergang Boden – Stand bzw. Stand – Boden, Abgrenzung zwischen Stand- und Bodenkampf

Okuri-eri-jime als Wettkampftechnik und Grundprinzipien im Bodenkampf

Im Anschluss an den Lehrgang (optional): Boden- und Standrandori

## Dauer:

Samstag, 25. April 2020, 10:00 – 16:00 Uhr

## Ort:

Ravenstein-Zentrum, Pflingstweidstr. 7, 60316 Frankfurt am Main

Anreise am besten mit öffentlichen Verkehrsmitteln, U-Bahn-Station „Zoo“

## Teilnehmerkreis:

Wettkämpfer(innen), Mindestgraduierung 3. Kyu

## Teilnahmegebühr:

EUR 30,00 (inklusive Mittagessen und Getränken) pro Judoka

## Ausrichter:

Frankfurter Turnverein 1860

## Anmeldung:

per E-Mail unter [judo@ftv1860.de](mailto:judo@ftv1860.de) oder telefonisch +49 179 9088520 (Christian Reul) bis zum 12. April 2020

Die Zahl der Teilnehmer ist begrenzt. Es entscheidet der Anmeldungseingang per E-Mail.

**Der Lehrgang wird im HJV in Verbindung mit einer HJV-A-Level-Fortbildung für eine Verlängerung der Trainer-C-Lizenz anerkannt.**

