

Kreis-Talentzentrum Aachen

U 15-Technik- und Randorilehrgang mit Übernachtung im Dojo

Termin: Freitag/Samstag, 24./25. März 2006.

Zeitplan:

| | | |
|------------|------------------|---|
| Fr. 24.3., | ab 18.30 Uhr: | Anreise / Anmeldung |
| | 19.00-19.30 Uhr: | Mattenaufbau / Vorbesprechung |
| | 19.30-22.00 Uhr: | 1. Trainingseinheit |
| | ab 22.00 Uhr: | Imbiss / „Bunter Abend“ |
| | ab 23.30 Uhr: | Nachtruhe |
| Sa. 25.3., | ab 07.30 Uhr: | Laufeinheit |
| | 08.15 Uhr: | Frühstück |
| | 09.00-11.00 Uhr: | 2. Trainingseinheit |
| | 11.00-11.30 Uhr: | Pause / Zwischenmahlzeit |
| | 11.30-13.00 Uhr: | 3. Trainingseinheit, Abschlussbesprechung |
| | ab 13.00 Uhr: | Aufräumen, Mattenabbau |

Ort: Dojo des JJC Samurai Setterich, Wolfsgasse, 52499 Baesweiler-Setterich

Teilnehmer: U 15-Judoka aus dem Judokreis Aachen (Jg. 1992-1995)
nach Rückmeldung und Absprache mit den Stützpunktrainern

Kostenbeitrag: € 10,-- (zu zahlen bei Lehrgangsbeginn)

Trainer: Roland Schiffler, Markus Corsten, Marei Richter, Patrick Haas

Rückmeldungen: Per eMail / Tel. an: un@talentzentrum-aachen.de / 02408/80852
oder beim Stützpunkttraining (dienstags, 18.15-20.00 Uhr, Brand).

Wegbeschreibung:

Aus Richtung Düsseldorf: BAB 44, Abfahrt Aldenhoven, der B 56 Richtung Geilenkirchen/ Baesweiler bis Kreuzung Baesweiler/Puffendorf folgen, links in Richtung Alsdorf/Baesweiler, durch Setterich auf der B 57 bleiben, rechts Blumengeschäft Höppener/Koch, dahinter rechts in die Wolfsgasse, an der Fahrbahnverengung rechts auf den Schulhof;

aus Richtung Köln: BAB 4, Abfahrt Eschweiler, der B 221 Richtung Alsdorf/Baesweiler folgen bis die Straße endet (links der TOOM Markt), rechts Richtung Baesweiler (B 57), durch Baesweiler nach Setterich, 2. Straße links hinter dem Gartencenter Höppener in die Wolfsgasse, anschließend s.o.;

aus Richtung Aachen: BAB 44, Abfahrt Alsdorf, der B 221 Richtung Alsdorf/Baesweiler folgen, anschließend s.o.

Hinweise:

- Am Lehrgang mit Übernachtung können aus Kapazitätsgründen max. **30** U 15-Judoka teilnehmen; für weitere Interessenten besteht die Möglichkeit, an den Trainingseinheiten am **25.3.** ab 09.00 Uhr teilzunehmen (Kostenbeitrag € 5,--); bitte ggf. bei der Rückmeldung angeben!
- Mitzubringen sind: Schlafsack und Isomatte, Judoanzug, evtl zum Wechseln, Laufsachen, Wasch- und Duschzeug, Dinge des täglichen Bedarfs, Verpflegung Freitagabend.
- Imbiss/Frühstück/Getränke werden während des Lehrgangs gestellt.