

Kleine Schulsport halle, Schulstraße 31, 38550 Isenbüttel

Wir sehen uns im Mai 2022!



MTV Isenbüttel von 1913 e.V. • Judosparte • www.mtv-judo.de



# 06.05. - 08.05.2022

## LandesLigaVorbereitungsCamp in ISENBÜTTEL

Judoka Deutschlands,

„...we are back again!“



LaLiVoCa 2020 beim MTV Isenbüttel. Der Ablaufplan steht.

**Ohne euch auf (und neben) der Matte wird das aber wie immer nichts!**

**ALSO TASCHE PACKEN...**

Judoanzüge, Schlafsack, Kissen, Saunahandtuch, Laufschuhe (draußen), Laufkleidung, dicke Socken, Taschengeld (u.a. Frühstücksbuffet für 8,50€, Sauna, etc.), Verpflegung, Tape, Motivation und viel Lust & Laune.

**...FAHRGEMEINSCHAFTEN BILDEN UND AB NACH ISENBÜTTEL!**



Der Veranstalter/Ausrichter lehnt jede Haftung im gesetzlich größtmöglichen Umfang ab. Durch die Teilnahme an dieser Veranstaltung erklären sich die Teilnehmer mit der potentiellen Veröffentlichung von Bild- und Schrift dokumentationen einverstanden.

**Freitag,  
06.05.2022**

**18:00 Uhr**

Anreise, Aufbau, Teambuilding  
(*Pizza bei Yvonne*)

**Samstag,  
07.05.2022**

**ab 07:30 Uhr**

Traditioneller Dorflauf  
(im Anschluss Frühstück im  
Isenbütteler Hof)

**11:00 Uhr**

Standprogramm ①  
gegen 12:30 Uhr  
Mittag (individuell)

**14:00 Uhr**

Bodenprogramm  
**15:30 Uhr**

Standprogramm ②  
inklusive anschließendem  
„Intensiv-Cool-Down“ für die ganz Verrückten

**16:30 Uhr**

Überraschungstraining

**ab 17:30 Uhr**

ist die Sauna heiß

**ab 19:30 Uhr „Abendprogramm“**  
im Restaurant Rhodos

**SONNTAG,**

**08.05.2022**

**ab 08:00 Uhr**

Sonntagseinheit, Frühstück (s.o.),  
Abbau/Abreise

**Meldungen bis**

**30.04.2022**

**[christopher@mtvi-judo.de](mailto:christopher@mtvi-judo.de)**