Kleine Schulsporthalle, Schulstraße 31, 38550 Isenbüttel

Wir sehen uns im April 2024!

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

judo MTV ISENBÜTTEL

05.04. - 07.04.2024

LAndesLIgaVOrbereitungsCAmp
in ISENBÜTTEL

Judoka Deutschlands,

„...just keep going!"

LaLiVoCa 2024 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, Taschengeld (u.a. für Sauna, Frühstücksbuffet, etc.), Verpflegung, Tape, dicke Socken, Motivation und viel Lust & Laune.

...FAHRGEMEINSCHAFTEN BILDEN UND AB NACH ISENBÜTTEL!

Freitag, 05.04.2024

19:30 Uhr
Anreise, Aufbau,
Duo-Fußballtennis

Samstag, 06.04.2024

ab 07:30 Uhr
Dorflauf (ggf. Boulderkurs)
(im Anschluss Frühstück im Isenbütteler Hof)

11:00 Uhr
Standprogramm ①
(Kumi kata + Randori)

gegen 12:30 Uhr
Mittag (individuell)

14:30 Uhr
(GKKZ) Bodenprogramm
(Übergänge Stand-Boden + Randori)

16:00 Uhr
Standprogramm ②
Uchikomi + Randori

...im Anschluss
Sauna / „Abendprogramm"
bei Panos
(Restaurant Rhodos Isenbüttel)

SONNTAG, 07.04.2024

ab 08:00 Uhr
judospezifischer Sonntagszirkel,
Frühstück (s.o.), Abbau/Abreise

Meldungen bis
29.03.2024
christopher@mtvi-judo.de

Zimmerei & Dachdeckerei HAMMOUD GmbH · EDEKA Kreiter · baukunst becker · HOYER Elektroinstallation Netzwerk Notdienst · Nordland Immobilien Management GmbH · TEAMSPORT Braunschweig Für Dich, Dein Team, Deine Firma · teamgeist.com FÜR MEHR WIR-GEFÜHL · Volkswagen Sportkommunikation · P&K Schmiedel WERBUNG DURCH TECHNIK www.PUK-SCHMIEDEL.de

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