

**Offener Bezirk-OBB-Tageslehrgang**  
**mit Daniel Messelberger und Robert Buendowski**

- Veranstalter: Bayerischer Judo-Verband e. V.
- Ausrichter: SV Wackersberg-Arzbach e. V.
- Datum: Samstag, der 25.05.2019
- Ort: Turnhalle SV Wackersberg-Arzbach e. V.  
Kalkofenstr. 16  
83646 Arzbach
- Trainer: Daniel Messelberger und Robert Buendowski,  
Bundesligakämpfer in der 1. und 2. Bundesliga
- Teilnehmer: Alle interessierten Judoka, insbesondere U15 und U18  
  
Die Teilnahme wird vorbehalten, es erfolgt eine Bestätigung.  
  
Alle Vereinstrainer sind herzlich eingeladen, auch teilzunehmen.
- Zeitplan: bis 9.30 Uhr Eintreffen  
10:00 bis 11:15 Uhr Training 1  
Kurze Pause  
11:30 bis 12:45 Uhr Training 2  
13:00 bis 14:30 Uhr Mittagspause (Selbstverpflegung)  
14:30 bis 16:00 Uhr Training 3
- Trainingsinhalt: Training 1: Schwerpunkt Bodentechniken u. Übergänge Stand-Boden  
Training 2: Schwerpunkt Standtechniken und Randori  
Training 3: Zusammenfassung und Randori
- Sonstiges: Selbstverpflegung oder Mittagsangebot des Vereins
- Kosten: Keine. Die Teilnehmer sorgen selbst für An- und Abreise, sowie für Ihre Verpflegung.
- Anmeldung: Bitte vereinsweise mit ungefährender Teilnehmerzahl an:  
Denis Weisser, Am Ufer 3, 83043 Bad Aibling  
Email: [denis.weisser@judo-oberbayern.de](mailto:denis.weisser@judo-oberbayern.de)
- Leitung: Denis Weisser, Bezirksvorsitzender Oberbayern

gez. Denis Weisser  
Bezirksvorsitzender OBB