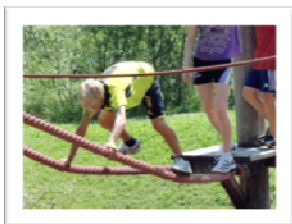


# Judo Sommerschule Rauris

06.-11. Juli 2019

Der **ideale** und **individuelle** Start für  
**U14, U16, U18, U21 und allgemeine Klasse**  
 in den Judosommer 2019!



- Anreise - Kursbeginn** Samstag, 06. Juli, 14.00-16.00 Uhr,  
 Mehrzweckhalle, Hauptschule Rauris, Schulstr. 3
- 1. Training** Samstag, 06. Juli, 17.00 Uhr
- Abreise** Donnerstag, 11. Juli, nach dem Vormittagstraining
- Trainingshalle** Mehrzweckhalle, Hauptschule Rauris, Schulstr. 3
- Unterkünfte** Hotel- und Gastronomiebetriebe in Rauris
- Kursleitung** Rupert Rieß, Nadine Pichler
- Veranstalter** ARGE Judo-Ski-Rauris und Judo Landesverband Salzburg



## Trainingsprogramm - für jeden das Richtige!

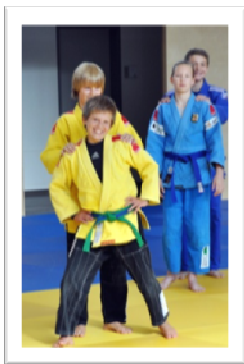
Techniktraining getrennt nach Alters- und Leistungsklassen  
 täglich eine gemeinsame Randorieinheit

Speziell für die Altersgruppe U14-U16 wird durch die Trainer vor Ort ein  
 spezielles Programm gestaltet.

## Unser Zusatzangebot:

**Berge, Natur und Landschaft auf 950 bis 3250 Metern Seehöhe**  
**Laufen, Mountainbike, Nordic Walking, Wandern**  
**Trainingssteuerung, wissenschaftliche Betreuung und Know-how**

**Wir bieten alles für das perfekte Ausdauertraining**  
**speziell für den Judoport.**



- Kosten** € 265,00 Trainingslagerpauschal für Training, Unterkunft mit Vollpension
- € 60,00 Preis pro Tag: 1 Übernachtung mit Vollpension, Training

Die Betreuung des Ausdauertrainings ist im Pauschalpreis nicht inkludiert. Hierfür bieten wir  
 unseren Teilnehmern individuelle Angebote.

## Bezahlung

Überweisung auf das Konto:  
 Raika Rauris-Bucheben, ARGE Judo-Ski-Rauris, BLZ.: 35051, Kt.Nr.: 52837  
 oder Barzahlung beim Check-in.



**Anmeldung: bis 15. Juni 2019 an [judo@rauris.net](mailto:judo@rauris.net)**

Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung für die Teilnehmer. Dies gilt insbesondere  
 auch für alle Aktivitäten im Outdoorbereich.

