S t u n d e n p l a n

Übungsleiterkurs 2021					
	11.09.2021			12.09.2021	
09.30	Eintreffen, Administration	Kronberger	9.00	Eintreffen, Administration	Kronberger
10.00 - 13.00	Judoball , Spiele,	Kronberger	9.30 - 10.30.	Wettkampfregeln	Kasper Roland
	Aufwärmen, Beweglichkeit, Stabilisation				
	Kräftigung		10.45 - 12.00	Methodische Übungen	Winkler Michael
				Uchi-komi + Randoriformen	
				MITTAGSPAUSE	
	MITTAGSPAUSE				
			13.30. - 17.00	Gruppenweise erstellen von Stundenbildern	TN
14.00 - 15.30	Methodik allgem. + speziell	Winkler Michael			
	Grundvoraussetzungen für Judo	Kronberger Monika			
15.45 - 17.30	JudoGrundlagen	Winkler Michael			
	Aus der Praxis für die Praxis	Kronberger Monika			