



Judo-Verband Berlin e.V.

Fachverband für Budopraktiken · Mitglied im Deutschen Judo-Bund e.V. · Mitglied im Landessportbund Berlin e.V.

Ausschreibung

Sportliche Eignungsüberprüfungswoche zur Aufnahme an das
Schul- und Leistungssportzentrum Berlin
(Eliteschule des Sports)
Für das Schuljahr 2022/23

- Termin:** 18.10.2021 bis 21.10.2021 (Montag bis Donnerstag)
- Ort:** Landesleistungszentrum des JVB, Weißenseer Weg 53, 13053 Berlin
Sporthalle des Landesleistungszentrum sowie „Raum zur allgemeinen
Konditionierung“ über der Schwimmhalle.
- Teilnehmer:** Judoka, die die **6. Klasse** besuchen und in einem Verein erfolgreich Judo
trainieren.
- Meldung:** bis **14.10.2021** mit Formular „Anmeldung für die Eignungsüberprüfung des
SLZB“ an JVB – z.Hd. Herrn Kaczmarek, Weißenseer Weg 53, 13053 Berlin oder
Fax: 030 97 60 43 88
E-Mail: christian.kaczmarek@judo-verband-berlin.de
- Ablauf:**
- | | |
|------------|---|
| Montag | 09:30 Treff im Hallenkomplex des LLZ
10:00 bis 12:00 Uhr Techniktraining
12:30 bis 14:00 Uhr Athletik |
| Dienstag | 10:00 bis 12:00 Uhr Techniktraining
12:30 bis 14:00 Uhr Athletik |
| Mittwoch | 10:00 bis 12:00 Uhr Test Judo
12:30 bis 14:00 Uhr Test Athletik |
| Donnerstag | 10:00 bis 12:00 Uhr Test Judo
12:30 bis 14:00 Uhr Test Athletik |

Inhalte Techniküberprüfung: Alle Techniken im Stand werden aus einer Kumi-kata demonstriert.

- Tashi-waza: Werfen mit Eindrehetechniken rechts und links
Werfen nach hinten rechts und links
Kombination vor-rück
- Ne-waza: Angriff gegen die Bank oder Bauch, mit Abschluss Osae-Komi-Waza
Angriff gegen die Bank oder Bauch mit Abschluss Kansetsu-Waza
Demonstration Sankaku aus zwei unterschiedlichen Positionen
Befreiung aus der Einbeinklammer aus der Oberlage
Angriff aus der Unterlage (Uke zwischen Toris Beinen).

Athletiküberprüfung:

- Beweglichkeit:** Beininnenseite und Beinrückseite rechts - links
- Kraftausdauer:** Anrsten und Klimmzüge
- Schnellkraft:** Medizinball schocken (2 kg), Schlussweitsprung
- Koordination:** Kastenbummeranglauf
- Ausdauer:** Japan-Test

Mit freundlichen Grüßen
Christian Kaczmarek
Landestrainer U15 Judo-Verband Berlin

Mobil: 0152 216 549 55
Fax: 030 97 60 43 88
E-Mail: christian.kaczmarek@judo-verband-berlin.de

Unsere
Unterstützer:





Judo-Verband Berlin e.V.

Fachverband für Budopraktiken · Mitglied im Deutschen Judo-Bund e.V. · Mitglied im Landessportbund Berlin e.V.

Anmeldung für die Einschulung an das Schul- und Leistungssportzentrum Berlin

Judo-Verband Berlin e.V.
Lt. C. Kaczmarek
Sportforum Berlin-Hohenschönhausen
Weißenseer Weg 53
13053 Berlin

Fax: 030 – 97 60 43 88

Ich melde meine Tochter/ meinen Sohn für die Sportliche Eignungsüberprüfungswoche in der Sportart
Judo zur Aufnahme an das
Schul- und Leistungssportzentrum Berlin
(Eliteschule des Sports) Schuljahr 2022/23 an.

Name, Vorname: _____

Geb. Datum: _____ Geb.-Ort: _____

Nationalität: _____

Anschrift: _____

Telefon: _____ Mobil: _____

E-Mail: _____

Notendurchschnitt 5. Kl.: _____ (Zeugniskopie beilegen)

Verein: _____ Vereinstrainer: _____

Telefon: _____ Emailadresse: _____

Gewicht: _____ Graduierung: _____ Judo seit: _____

Ich benötige einen Internatsplatz: _____

Erfolge bei Judo-Turnieren 2020 bis 2021 Altersklasse / Gewichtsklasse / Platz

Neujahrsturnier: _____

OMM: _____

BEM: _____

EGA Pokal: _____

Horst-Lieder-GT: _____

Wanderpokal JC`03 _____

Nikolausturnier: _____

Ort, Datum

Unterschrift des/der
Erziehungsberechtigten