



Judo Open Berlin Randori



Veranstalter/Ausrichter: **Erster Berliner Judo Club 1922 e.V.** www.ebjc.de

Trainingsort: 12051 / Berlin, Mariendorfer Weg 69
Schulturnhalle der Hermann-Sander-Grundschule

Termin: **Immer am ersten Sonntag des Monats**

COVID-19 2G+ - Man muss einen Impf- oder Genesenen Nachweis vorlegen zzgl. ein COVID Schnelltest der nicht älter ist als 24h ist.

Jeder Teilnehmer meldet sich bitte online an unter: <http://kurse.ebjc.de/kurse/judo>

Je nach politischer Lage sind Änderungen vorbehalten!

Zeitplan: 14 Uhr Beginn
17 Uhr Ende

Randori:	Gemeinsames Aufwärmen	30 min
	Tachi-Waza Randori	4 min Runden (1h)
	Pause	15 min
	Ne-Waza Randori	4 min Runden (1h)
	Cooldown	15 min

Altersklassen: möglichst ab U21 weiblich und männlich

Teilnehmer: Judoka - Mindestgraduierung 8.Kyu

Meldung: bitte online anmelden unter: <http://kurse.ebjc.de/kurse/judo>

Kosten: natürlich kostenlos!

Haftung/Datenschutz: Teilnehmer müssen für Unfall- und Haftpflichtversicherung selbst Sorge tragen, Veranstalter/Ausrichter schließt jegliche Haftung aus.
Mit der Teilnahme an gemeinsamen Trainings willigen alle Kämpfer, Trainer und Begleiter ein, dass Fotos, Videos und personenbezogene Daten aufgenommen werden und diese im Anschluss freizugänglich in der Presse und im Internet veröffentlicht werden dürfen.

Verpflegung/Hinweis: Die Sporthalle darf nur mit Hallenschuhen betreten werden!!!