

35. Internationales Ju-Jutsu Bundesseminar 2005 - Bad Blankenburg

Stand: 06.08.2005

	Matte I	Matte II	Halle B (Gelände)	Dojo/Gymnastiks./Gelände	Lehrsaal/ Turnerraum/..
Sonntag, 07. Aug					
14.00 - 17.00 Uhr 19.00 Uhr	Anreise der Teilnehmerinnen und Teilnehmer Gemeinsamer Mattenaufbau				
19.30 - 21.00 Uhr	Ju-Jutsu and More - der lockere Einstieg mit Sascha Vetter (bitte Stöcke und übliche Schutzausrüstung mitbringen)				
Montag, 08. Aug					
07.30 - 08.15 Uhr	Yoga mit Simone Müller oder Kick - Jogging mit Artur Allerborn				
09.00 Uhr	Eröffnung der Veranstaltung durch das Präsidium des Deutschen Ju-Jutsu Verbands Frese; Born; Brandhorst				
09:30 - 10.00 Uhr	Gemeinsamer Warm up Simone Müller				
10:00 - 11:30	<input type="checkbox"/> Mehr als Technik zum Gewinnen Bernd Hillebrand	<input type="checkbox"/> perfekte Kombinationen Jhonny Bernaschewice	Striker vs. Grappler 1.1 Artur Allerborn		
14.00 - 15 15 Uhr	<input type="checkbox"/> Sambo Würfe Mark Zaslowsky	<input type="checkbox"/> perfekte Kombinationen Jhonny Bernaschewice	Stock Basics & More Johan Skålberg		
15.30 - 16.45 Uhr	<input type="checkbox"/> JJ Fighting Atemi-Wurf Harald Born	Striker vs. Grappler 2 Artur Allerborn	Stock Basics & More Johan Skålberg		
17.00 - 18.00 Uhr	<input type="checkbox"/> schmerz. Techniken an Armen Mark Zaslowsky	Realistische SV Harald Born	Bo - Langstock Jhonny Bernaschewice	Fortbildung Kraftraining Joe Thumfart (Kraftraum)	
19.30 - 21.00 Uhr	Spiele-Spielformen-Zweikampf Günter Beier	Randori Boden und Jedermanns-fighting		Yoga (Gymnastiksaal) Simone Müller	
Dienstag, 09. Aug					
07.30 - 08.15 Uhr	Yoga mit Simone Müller oder Kick - Jogging mit Artur Allerborn				
09.15 - 10.30 Uhr	<input type="checkbox"/> Mehr als Technik zum Gewinnen Bernd Hillebrand	Bunkai Kata Anwendungen Jhonny Bernaschewice	Striker vs. Grappler 1.1 Artur Allerborn	Body & Mind Simone Müller	
10.45 - 11.45 Uhr	<input type="checkbox"/> Sambo Würfe Mark Zaslowsky	Shootfighting Bodenkampf Tim von Fintel	Messer Johan Skålberg	SV Kurse mit Beeinträcht. Sascha Vetter	Musikeinsatz im Training Müller/ Thumfart
14.00 - 15 .15 Uhr	<input type="checkbox"/> JJ Fighting Atemi-Wurf Harald Born	Bunkai Kata Anwendungen Jhonny Bernaschewice	Messer Johan Skålberg	SV Kurse mit Beeinträcht. Sascha Vetter	Moderne Praxis der Vereinsarbeit Wolfram Ochs
15.30 - 16.45 Uhr	<input type="checkbox"/> schmerz. Techniken an Armen Mark Zaslowsky	Würfe richtig Trainieren <input type="checkbox"/> Sascha Vetter	Striker vs. Grappler 1.2 Artur Allerborn		
17.00 - 18.00 Uhr	Spiele-Spielformen-Zweikampf Günter Beier	<input type="checkbox"/> schmerz. Techniken an Beinen <input type="checkbox"/> Mark Zaslowsky	Bo - Langstock Jhonny Bernaschewice	Einführ. Nordic Walking Mona Kaluza	
19.30 Uhr	„Ju-Jutsu Bodenkampf und Jedermanns -Fighting-Turnier“ für ALLE Seminarteilnehmer/innen (Born/ Thumfart/ Bartens/ Fintel)				
21:00 Uhr	Chill Out Yoga - Simone Müller (Gymnastiksaal)				



Alle Unterrichtseinheiten werden zur Verlängerung der Ju-Jutsu Lehrer-Lizenz anerkannt. Im Einverständnis mit dem jeweiligen Ju-Jutsu - Landesverband auch die ÜL-F-Lizenz.

Nur die mit einem gekennzeichneten Stundenblöcke sind für die Verlängerung der Ju-Jutsu Trainer-Lizenzen A und B gültig. Bitte jeweils anschließend vom Referenten abzeichnen lassen.

Die mit einem gekennzeichneten Stunden werden als Jugendleiterverlängerung anerkannt

	Matte I	Matte II	Halle B (Gelände)	Dojo/Gymnastiks./Gelände	Lehrsaal/ Turnerraum/..
Mittwoch, 10. Aug 07.30 - 08.15 Uhr	Yoga mit Simone Müller oder Nordic Walking mit Mona Kaluza				
09.15 - 10.30 Uhr	Abwehrtechniken im Vergleich Bernd Hillebrand	Realistische SV Harald Born	Striker vs. Grappler 3 Artur Allerborn	schmerzh. Techniken an Beinen T Mark Zaslowsky	Workshop Vereinskultur Wolfram Ochs
10.45 - 11.45 Uhr	Abwehrtechniken im Vergleich Bernd Hillebrand	T JJ Wurf und Boden Tim von Fintel	Stockkampf Johan Skålberg		
Freie Gestaltung des Nachmittags (Möglichkeit zum freien Training, zu Ausflügen in die Umgebung, Relaxen im nahegelegenen Schwimmbad etc.)					
16:00 - 22:00 Uhr	Offener Spieleabend mit Bull riding - Bungee running - Beach Volleyball - Beach Wrestling				
21.00 Uhr	Chill Out Yoga mit Simone Müller				
Donnerst. 11. Aug					
07.30 - 08.15 Uhr	Yoga mit Simone Müller oder Stick - Jogging mit Artur Allerborn				
09.15 - 10.30 Uhr	Ju-Jutsu Hebeltechniken Heinz Lamadé	Freie Abwehr Bert van Haren	Striker vs. Grappler 1.2 Artur Allerborn	Body & Mind Simone Müller	Situationstraining mit individueller Videoanalyse Bernd Hillebrand
10.45 - 11.45 Uhr	Ju-Jutsu Prüfungstechnik Joe Thumfart	Freie Abwehr Bert van Haren	Stockkampf Johan Skålberg	Hintergründe zu SV Kurse Sascha Vetter (Lehrsaal)	
14.00 - 15.15 Uhr	Würfe richtig Trainieren T Sascha Vetter	Ai Ki Jitsu Jhonny Bernaschewice	Striker vs. Grappler 4 Artur Allerborn	Ju-Jutsu Altersgemäß Heinz Lamadé	JL Workshop Schule Wolfram Ochs
15.30 - 16.45 Uhr	schmerzh. Techniken im Detail Mark Zaslowsky	T Ju-Jutsu in Kombination Bert van Haren	Doppelstock Johan Skålberg		
17.00 - 18.00 Uhr	T JJ Wurf und Boden Tim von Fintel	Der Talent Trainer - gleich bewerben!!		Ju-Jutsu Altersgemäß Heinz Lamadé	Yoga (Gymnastiksaal) Simone Müller
ab 19.30 Uhr	Seminar-Abschlußfete mit ‚Kampfsport-Show‘ von, mit und für die Teilnehmer/innen des Bundesseminars				
Freitag, 12. Aug					
07.30 - 08.15 Uhr	Yoga mit Simone Müller oder Nordic Walking mit Mona Kaluza				
10.00 - 11.30 Uhr	Ai Ki Jitsu Jhonny Bernaschewice	T Ju-Jutsu in Kombination Bert van Haren	Striker vs. Grappler 4 Artur Allerborn	schmerzh. Techniken im Detail Mark Zaslowsky	JL Themen JL Ausbildung Michael Korn
14.00 - 15.30 Uhr	kreatives JJ Training Bernd Hillebrand	Shootfighting Training Tim von Fintel	Empty Hands/ SV Johan Skålberg	Ju-Jutsu Hebeltechniken Heinz Lamadé	JL SV für Kids Michael Korn
15.30 Uhr	Ausklang und Offizielle Verabschiedung durch den Präsidenten des Deutschen Ju-Jutsu Verbands und die Organisatoren				
15.50 - 16.00 Uhr	Gemeinsamer Mattenabbau				
Anschl.	Burn Out + 1000 Kicks anschl. Gymnastik mit Artur Allerborn Wellnessprogramm und Entspannung; Massage; Sauna;				
Samstag, 13. Aug	bis 11.00 Uhr Abreise der Teilnehmerinnen und Teilnehmer				



Sportliche Leitung: Joe Thumfart, Technischer Direktor des DJJV
Organisatorische Leitung: Harald Born, Vizepräsident Breitensport des DJJV

SELBSTVERTEIDIGUNG • FITNESS • WETTKAMPF
DEUTSCHER JU - JUTSU VERBAND E. V.