



Post – Sportverein Düsseldorf e. V.

David Lenzen
Jugendleitung

Telefon: 0173 - 6743210
E-Mail: d.lenzen@judokas.net
Internet: <http://www.judokas.net>

Projekt „Zukunft U15+“

An alle jugendlichen Postler ab Jahrgang 2005

Nachdem wir unser letztes Projekt „Wettkampfgruppe U10/U13“ erfolgreich ins Leben rufen konnten, seid jetzt ihr dran.

Ab sofort bieten wir euch immer freitags von 19:00 bis ca. 20:30 Uhr im „alten“ Judokeller auf der Ellerstraße ein ganz besonderes Programm. Unser Trainer Michael Jobs, manche kennen ihn vielleicht schon, wird dort mit Euch arbeiten.

Ziel ist es, Euch als Einheit zusammen zu bringen. Training mal ohne die „Kleinen“. Extra für Euch. Neben dem spezifischen Judotraining (Technik, Prüfung, Wettkampf) steht auch anderes auf dem Programm. Auf der Matte geht es dann auch um Ausdauer, Kraft und Motorik, aber auch neben der Matte soll es weitergehen.

Doch damit nicht genug. Ganz nach Euren Interessen möchten wir Euch auch individuell fördern und Euch die Möglichkeit bieten, an verschiedenen Aus- und Fortbildungen teilzunehmen.

Angedacht sind z.B. die Trainerassistenten- bzw. Trainerausbildung, Listenführer- bzw. Kampfrichterausbildung bis hin zum Reinschnuppern in die Aufgaben der Abteilungsleitung.

Na, haben wir Dein Interesse geweckt. Sehr gut. Dann sehen wir uns dann am Freitag, 19:00 Uhr auf der Ellerstraße.

Wir freuen uns.

Euer Jugendteam...