

Gemeinsames Randori

Autor: Daniel

Datum: 2. November 2021

Liebe Samurais,

nach unserem erfolgreichen und spannenden Trainingslager in Grünheide haben wir beschlossen, das Randori-Training mehr in den Fokus unseres Judotrainings zu rücken.

Randori ist eine sehr wichtige Trainingsform, bei der man versucht (in meist lockerer Form) die bereits erlernten Techniken anzuwenden, um sein Judo weiter zu verbessern und optimaler auf Wettkämpfe vorbereitet zu sein.

Durch eine Vielzahl an wechselnden Partnern (nicht nur die gewohnten aus dem wöchentlichen Training) wird das Randori noch effektiver.

Wir wollen daher gemeinsam eine gewisse Kontinuität in diese Trainingsform bringen im Wechsel zwischen Glienicker- und Werderaner Standort.

Wir laden euch daher herzlich zu unserem gemeinsamen Randori-Training am 20.11.2021 beginnend in Glienicke ein.

Die Judoka werden in zwei Gruppen

eingeteilt:

Gruppe 1:

Alter: 8-10 Jahre

Zeit: 10:00 – 12:00 Uhr

Gruppe 2:

Alter: 11 – 15 Jahre

Zeit: 12:30 – 14:30 Uhr

Zur Planung meldet euch bitte unter vello.fi/bcsamurai an. Ohne vorherige Anmeldung können wir euch leider nicht am Randori teilnehmen lassen.

Bitte bringt neben einem sauberen Judoanzug, Latschen und reichlich zu trinken auch einen aktuellen negativen Corona-Testnachweis (nicht älter als 24 Stunden) oder einen Nachweis über eine Impfung oder Genesung mit.

Sportliche Grüße

Euer Trainerteam

BC Samurai e.V.