

# Vereinslehrgang – Haltetechniken im Judo

---

**Ausrichter:** JC Renshinkan Gelnhausen e.V.

---

**Ort:** Philipp-Reis-Straße 16 in 63571 Gelnhausen in  
der Sporthalle der Philipp-Reis-Schule

---

**Termin:** Donnerstag, den 30. Mai 2024

---

**Zeitraumen:** 11:00 bis 15:00 Uhr

---

**Thema:** Grundlagen und Vertiefung der Haltetechniken (osae-komi-waza).  
Standardsituationen, Positionswechsel, Befreiung, Namensgebung  
Prinzipien des Haltens und Befreiens, Ausbildung von Uke und Tori

---

**Teilnehmer:** Einzelteilnehmer\*innen ausdrücklich erwünscht, auf der Matte  
finden sich immer Partner\*innen um gemeinsam zu üben.  
Mindestalter: 13 Jahre  
Ältere Teilnehmer\*innen sehr willkommen  
Auch für Nicht-Judoka geeignet.

---

**Anmeldung** Bitte mit folgenden Angaben:  
Vor- und Nachname, Telefonnummer oder Mailadresse

---

**Kosten:** Keine

---

**Meldung und bei Fragen:** [judogelnhausen@gmx.de](mailto:judogelnhausen@gmx.de)

---

**Hinweis:** Für Verpflegung muss selbst gesorgt werden

---

**Sportliche Leitung:** Phillip Joschka Haubrock

---

**Referent:** Wolfgang Geissler, 4.Dan Judo, 1.Dan JiuJitsu  
Trainer B, Bezirksprüfungsbeauftragter

---

**Haftung** Die Teilnehmer müssen für Unfall- und Haftpflichtversicherung  
selbst Sorge tragen. Eine Haftung jeglicher Art durch den  
Veranstalter und Referent wird ausgeschlossen

Aus organisatorischen Gründen wird um eine Anmeldung bis 2 Tage vor Lehrgangsbeginn gebeten.  
**Teilnahme ohne Anmeldung ist möglich**, allerdings können bei Terminverschiebung und bei Auslastung der  
Hallenkapazität nur Angemeldete benachrichtigt werden.

Mit der Teilnahme erklären sich die Teilnehmer\*innen mit der Veröffentlichung Ihrer persönlichen Daten, von  
Bilddokumentation in Aushängen, im Internet und Publikationen einverstanden.