



JUDO-VERBAND RHEINLAND e.V.

– KATAWESEN –

<http://www.judo-rheinland.de>

Kata-Treff in Cochem

Liebe Judoka,
zum folgendem Lehrgang laden wir Euch herzlich ein:

Termin: 15.03.2026 von 10.00 Uhr - 13.00 Uhr

Ort: Bürgerhaus Sehl, Wäldchesweg 9, 56812 Cochem

Ausrichter: TV Cochem.

Leitung: Jürgen Sabel & N.N.

Programm: Nage-no-Kata

Voraussetzung:

Die Reihenfolge sowie die einzelnen Techniken sind bekannt!

Als Basisvorbereitung dient das Kodokan – Video der Nage no Kata:

<https://www.youtube.com/watch?v=bkhBZzE2HpM>

Bei Interesse an anderen Kata **4 Wochen Voranmeldung** an:

rjaeger@judo-rheinland.de

(sonst können wir nicht dafür garantieren, dass ein entsprechender Referent für Euch zur Verfügung steht!

Hierbei geht es dann um Feinjustierungen!

Für Einsteiger werden spezielle Lehrgänge bei Bedarf angeboten!)

Teilnehmer: Voraussetzungen: Judogi -WEISS-,
Matten Zori für den Bereich außerhalb der Matte!

Kosten: 20 Euro (für JEDEN Teilnehmer)

Anmeldung: Über das JVR Portal: <https://www.judo-rheinland.de/trainer> *
(Hinweis: Teilnehmer die nicht dem Judo-Verband Rheinland angehören, müssen als Verein das Judoteam Rheinland bei der Onlineregistrierung angeben)
* zusätzlich an: rjaeger@judo-rheinland.de

Meldeschluss: 12.03.2026 (gilt nur für die Nage-no-Kata)

gez. Ausrichter: Jürgen Sabel (TV Cochem)

gez. Veranstalter: Roman Jäger (Kata Referent JVR)

Anmerkungen: Es werden 3 Stunden ÜL-Fobi -bei aktiver Teilnahme- anerkannt