



## **Judo Club Basel**

Postfach 343  
4010 Basel

Dojo	Hirschgässlein 21
Telefon	061 272 57 08
PC	40-14183-1
Internet	<a href="http://www.judobasel.com">www.judobasel.com</a>
E-Mail	<a href="mailto:info@judobasel.com">info@judobasel.com</a>

# **Judokurs mit Ulrich Klocke**

---

**PRAKTISCHE TIPPS UND TRICKS DIREKT VON ULRICH KLOCKE, DEM AUTOR DES  
LEHRBUCHES „JUDO LERNEN“ UND „JUDO ANWENDEN“**

Nutze diese Gelegenheit und melde dich für den spannenden Kurs an.

Der Kurs mit Ulrich Klocke richtet sich primär an JCB Trainer/-innen und an alle anderen interessierten Judokas ab 14 Jahren, die gerne Judo unterrichten.

### **Kursinhalt**

*Randori erlernen* - Wie Randori verstanden, langsam und systematisch erlernt werden kann. Randoriformen erproben und entwickeln.

*Selbstfalltechniken richtig vermitteln* - Vom vorwärts Fallen in Varianten zu Tomoe-nage, Sumi-gaeshi und anderen Sutemi-waza.

*Grundsätzliches zu Armhebeln: Überstrecken, verdrehen, umschlingen* - Worauf bei Armhebeln besonderen Wert gelegt werden soll.

### **Kursdatum / -zeit / -ort**

Samstag, 11. Okt. 2008

10:00-12:00 und 13:00-15:00 Uhr, im Dojo des Judo Club Basel

### **Kurskosten**

Gratis für JCB Mitglieder

40.- für Nicht-JCBler

Mittagsverpflegung inbegriffen

### **Leitung**

Ulrich Klocke 6. Dan

### **Anmeldung**

[www.judobasel.com](http://www.judobasel.com)

oder im Dojo

Versicherung ist Sache der Teilnehmer. Eintrag im Judopass nicht möglich.