



Liebe Sportler, liebe Trainer,

ich lade euch hiermit zur offenen Matte im Rahmen des Bezirksjugendtages Chemnitz der AK U11 im Sportbezirk recht herzlich ein.

Ort: Turnhalle CPSV, Ernst-Wabra-Straße 36, 09123 Chemnitz

Datum: 15.04.2023

Ablauf: 10:00 Uhr bis 11.30 Uhr
- Erwärmung (Spiel/ Ausdauer/ Koordination)
- Techniken Boden und Stand

11:30 Uhr bis etwa 11:50 Uhr Pause

11:50 Uhr bis 13:00 Uhr
- Erwärmung
- Randori im Boden und Stand
- Spiel/ Dehnung

Meldung: bis zum 7. April 2023 mit ca. Teilnehmeranzahl an:
martin.unger@judoverbandsachsen.de

Teilnehmer: Sportler der Jahrgänge 2013 bis 2015

Sonstiges: - Duschen sind im Dojo vorhanden
- Möglichkeiten zum Essen und Trinken vorhanden
- für alle Kinder gibt es eine Teilnehmerurkunde

Mit sportlichen Grüßen

Martin Unger
Bezirksjugendleiter Chemnitz

Ullrich Heuschkel
Sektionsleiter Judo CPSV