



RLZ-ZJV **Regionales Leistungszentrum**

Offizieller SJV-Trainingsstützpunkt

www.zjv.info/leistungszentrum.asp

David Sigg

Forchstrasse 15B, 8610 Uster

TM: +41 79 780 4554, E-Mail: david.a.sigg@gmail.com



Uster, 20. Dezember 2021

Einladung: Kadertraining XXV für Schüler und Jugend zusammen mit dem Regionalen Leistungszentrum (RLZ-ZJV): 10. - 14. Oktober 2022

Ort: Judo Club Uster, Gerbestrasse 5, 8610 Uster

Plan und Parkplatzordnung unter www.judo-club-uster.ch

Datum: Montag 10. Oktober 2022 Besammlung: 08.30 Uhr

Freitag 14. Oktober 2022 Ende: 16.30 Uhr

Übernachtung jeder bei sich zu Hause; der Trainingsbetrieb findet statt täglich von 8.30 Uhr bis 16.30 Uhr (3 Einheiten)

Leitung: Costel Danculea (Trainer RLZ-ZJV) und weitere TrainerInnen

Teilnahme: Alle Mitglieder des Kantonalkaders und interessierte Judokas der Region (U13, U15 & U18)

SJV-Kursnummer: Das Kadertraining ist vom SJV als technischer Kurs homologiert (5 Tage)

Programm: Wettkampftechnik, Taktik, Fitness, Randori

Anmeldung: via Webpage des SJV (<https://sjv.ch/agenda>)

Kosten: Unkostenbeitrag Fr. 200.- inkl. Mittagessen (Mo-Fr); bitte überweisen bis zum 30. September 2022 an Bank BSU Uster, z.H. RLZ Zürich, Eselstockweg 4, 8610 Uster, **IBAN CH71 0688 8016 0239 7630 3**, Vermerk *Trainingslager Herbst 2022 & Name des Judoka*



RLZ-ZJV **Regionales Leistungszentrum**

Offizieller SJV-Trainingsstützpunkt

www.zjv.info/leistungszentrum.asp

David Sigg

Forchstrasse 15B, 8610 Uster

TM: +41 79 780 4554, E-Mail: david.a.sigg@gmail.com



Mitnehmen: Judo-Gi, Duschsachen, Trainingsanzug, Turnschuhe, Regionalkader-Mäppli, Regionalkader-Ausweis, SJV-Ausweis

Besonderes:	Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eintreffens berücksichtigt. Das Lager findet statt bei mindestens 15 Anmeldungen. Ende September 2022 wird eine Teilnahmebestätigung verschickt.
--------------------	--

Mit sportlichen Grüßen

David Sigg

Leiter RLZ-ZJV

PS (Ausblick): Das Trainingslager zusammen mit dem RLZ-ZJV findet zweimal jährlich jeweils in der ersten Ferienwoche der Frühlings- und Herbstferien (gemäss Ferienplan Uster) im Dojo des Judo Club Uster statt. Somit könnt ihr euch 24. - 28. April 2022 bereits für das nächste Lager vormerken.

RLZ Zürich