



## Ausschreibung Breitensportliches Ferienlager des JVB

Es ist endlich so weit. Der Judo-Verband Berlin e.V. richtet ein offenes Trainingslager für berliner Judoka aus. In diesem Jahr möchten wir uns bei einer gemeinsamen Reise wichtigen Themen aus der Judo-Welt widmen, zu denen es im Training sonst weniger Berührungspunkte gibt. Zum Beispiel werden wir uns mit der Kampfrichterei, der Listenführung und dem Trainerdasein auseinandersetzen. Jeden Tag soll es dabei mehrere Kurse geben, aus denen gewählt werden kann. Neben judospezifischen Inhalten wird es auch anderweitige Freizeitaktivitäten geben.

Meldet euch bei Fragen bei [jugendleitung@jvb.berlin](mailto:jugendleitung@jvb.berlin).

### Eckdaten:

Veranstalter:	Judo-Verband Berlin e.V.
Ausrichter:	Jugendleitung JVB
Datum:	24. Juli bis 28. Juli 2023
Ort:	KIEZ Prebelow Prebelow 6 - 8 16831 Kleinzerlang OT Prebelow
Anfahrt:	gemeinsam mit dem Reisebus vom Sportforum
Meldung:	unverbindliche Meldung mit dem Link / QR-Code unten bis zum 01.02.2023
Kapazität:	- Begrenzt auf 50 Teilnehmer*innen zwischen 10 und 18 Jahren - Bis zu drei weitere Trainer
Kosten:	250€ pro Sportler (ohne Bettwäsche + 7€)

Jan Sprenger  
Jugendreferent

Robert Dumke  
Vizepräsident

Unsere  
Unterstützer:



SPORTFORUM BERLIN



Berliner  
Volksbank



SportPhysiotherapie  
Scharf



Martin-Luther-Krankenhaus  
Klinik für Orthopädie und  
Unfallchirurgie, Physiotherapie



LUTH & DUMCHEN  
AUTOSPORTSUPPORT



DAXE  
Berlin

## Ablaufplan:

Alle Uhrzeiten sind unter Vorbehalt von Änderungen zu verstehen.

### Montag

Übergabe der Teilnehmer	24.07.2023 bis 12:00 Uhr Sportforum Berlin - Landesleistungszentrum Judo Weißenseer Weg 53 13053 Berlin
Abfahrt	13:00
Ankunft und Zimmerbezug	Ca. 15:00 Uhr
Belehrung und Aufbau	Ca. 16:00 Uhr
Abendessen	Zwischen 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr
Kennenlern-Judo	Von 20:00 bis 21:30

### Dienstag, Mittwoch und Donnerstag

Frühstück	Zwischen 07:30 Uhr bis 09:00 Uhr
Erste Kurseinheit	Von 9:30 Uhr bis 11:30
Mittag	Zwischen 12:00 Uhr bis 13:30 Uhr
Mittagsruhe	Von 13:30 Uhr bis 14:30 Uhr
Zweite Kurseinheit	Von 15:30 Uhr bis 17:30 Uhr
Abendessen	Zwischen 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr
Dritte Kurseinheit / Gemeinsame Aktivität	Von 20:00 bis 21:30

Pro Tag müssen von jedem Kind mindestens zwei Kurse belegt werden.

### Freitag

Frühstück	Zwischen 07:30 Uhr bis 09:00 Uhr
Zimmer räumen	Bis 10:00
Mittag	12:00 Uhr bis 13:30
Abreise	13:40 Uhr
Ankunft	15:15 Uhr am Sportforum Berlin

## Vorläufiger Kursplan:

		Seminarraum	Halle
<b>Montag</b>	Früh	Anreise	
	Nachmittag	Aufbau und Belehrung	
	Abend	Erste-Hilfe-Kurs groß	gemeinsame Judoeinheit klein
	Abend	Erste-Hilfe-Kurs klein	gemeinsame Judoeinheit groß
<b>Dienstag</b>	Früh	gesunde Lebensweise und Ernährung	Junior Trainer I – Fallschulen
	Nachmittag	Listenföhrung I	Judo Show / Kata
	Abend	Vereinsrecht Satzungen und Anträge	Kampfrichter I – Wertungen und Mate
<b>Mittwoch</b>	Früh	Gewaltprävention	Junior Trainer II – spielende Vermittlung stand
	Nachmittag	Listenföhrung II	Noch zu planen
	Abend	Kampfrichter II - strafbare Handlungen	Offene Matte
<b>Donnerstag</b>	Früh	Teambuilding	Junior Trainer III – spielende Vermittlung Boden
	Nachmittag	Judo Theorie	Offene Matte
	Abend	Übungsturnier	
<b>Freitag</b>	Früh	Gemeinsame Abschlussaktivität	
	Nachmittag	Abreise	

## **Meldung:**

Die Meldung für das Trainingslager funktioniert digital. Scannt einfach den QR-Code und gebt eure Daten ein (ca. 6 Minuten). Anschließend kommen wir mit weiteren Details und Fragen auf euch zu.



[← ZUR MELDUNG SCANNEN](#)

# Packliste:

Wir erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit der Packliste. Es handelt sich um Empfehlungen.

## Alltagsbekleidung



- 7 Unterwäsche
- 3 Shirt Kurz
- 1 Shirt Lang
- 1 Pullover



- 1 Warme Jacke
- 1 Regenjacke
- 1 Feste Schuhe
- 1 Lange Hose



- 1 Kurze Hose
- 1 Schlafsachen
- 0 Schal, Handschuhe, Mütze
- 0 Hemd/Kleid

## Hygieneartikel



- 1 Bettwäsche
- 1 Körperhandtuch
- 1 Großes Badehandtuch
- 1 Zahnbürste
- 1 Zahnpasta
- 1 Badelatschen
- 1 Sonnencreme
- 1 Mückenspray
- 1 Damenhygieneartikel
- 1 Shampoo
- 1 Duschgel



wenn nötig Reisekaugummis

## Wichtige Dokumente

- 1 Einverständniserklärung
- 1 Impfpass
- 1 Gesundheitskarte

## Sportsachen



- 1 Judoanzug mit Gürtel
- 1 Sportshirt
- 1 Kurze Sporthose
- 0 Lange Sporthose



- 1 Sportschuhe
- 1 Badesachen

## Alltagsgegenstände

- 1 Kuscheltier
- 1 Trinkflasche
- 1 Proviant
- max. 10€ Taschengeld

