



JUDO-KAMPFGEMEINSCHAFT NORDEN e.V.



Mach mit bei der Judo-Safari 2021 des Deutschen Judo-Bundes

**Teilnahmeberechtigt sind Mädchen und Jungen der Jahrgänge
2007- 2016**

Judo-Safari @ Home

Da wir nicht wissen wann wir wieder mit dem Training starten können, machen wir die Judo-Safari @ Home. Die Kosten von 4 Euro übernimmt in diesem Jahr der Verein. Besondere Zeiten erfordern besondere Maßnahmen. Ihr braucht für die Durchführung eure Eltern zum messen und Zeit stoppen.

Da wir in diesem Jahr keinen Judowettkampf haben, können auch die Judo-Vorschulkinder mitmachen

1. Kreativer Wettbewerb

Kieselstein bemalen

Sucht euch einen Kieselstein und bemalt ihn.
Macht davon ein Foto

2. Leichtathletischer Wettbewerb

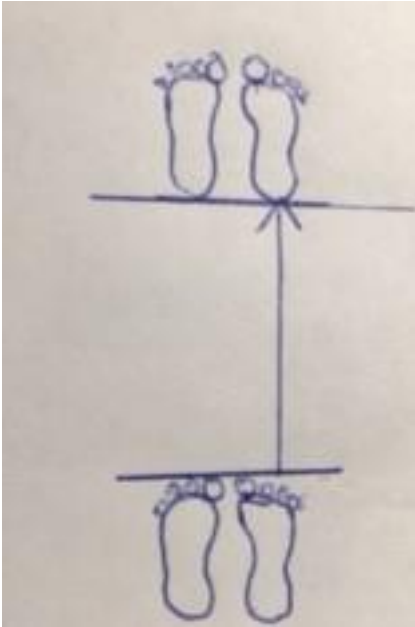
A. Laufen

Messt euch die entsprechende Strecke ab, markiert Start und Ziel und rennt so schnell wie möglich. Ihr braucht jemand der die Zeit stoppt.

*Jahrgang 2013,2014,2015, 50m
Jahrgang 2010, 2011,2012 75m
Jahrgang 2007,2008,2009 100m*

B. Weitsprung

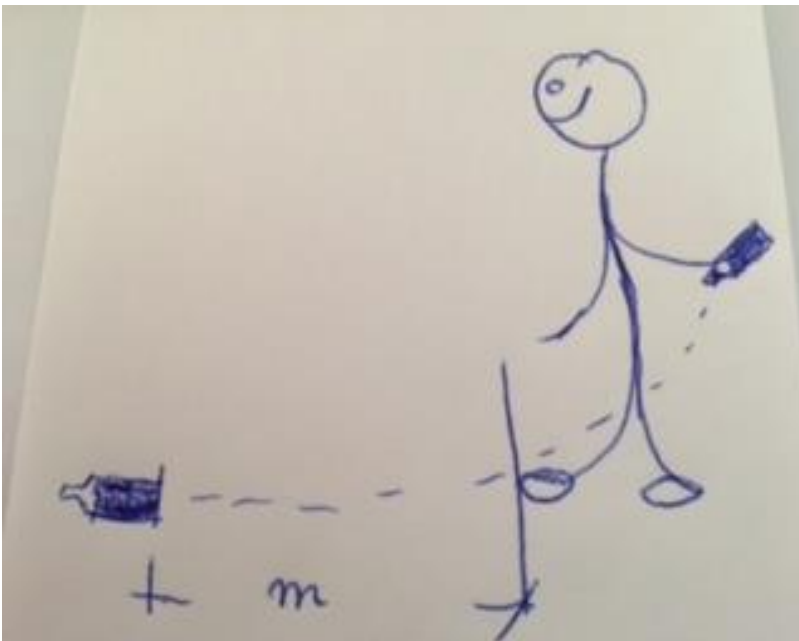
Malt oder klebt euch eine Absprunglinie auf den Boden, stellt euch davor und spring aus dem Stand soweit ihr könnt. Gemessen wird von der Absprunglinie bis zu den Fersen. Ihr habt 3 Versuche



C. Wasserflaschenweitwurf

Ihr braucht eine Flasche aus Kunststoff. Füllt die mit Wasser. Stellt euch vor die Linie die Ihr vorher als Absprunglinie genommen habt und werft die Flasche soweit ihr könnt. Und zwar so als ob ihr eine Bossel Kugel werfen würdet. Ihr habt 3 Versuche. Gemessen wird von der Abwurfline bis dahin wo die Flasche aufkommt.

Jahrgang 2013 ,2014, 2015.... 0,5 l
Jahrgang 2010, 2011, 2012 1,0 l
Jahrgang 2007,2008, 2009 1,5 l



3. Wettkampfalternative

Ihr nehmt in jede Hand eine eures Jahrgangentsprechende Flaschen

Stellt euch hin und streckt die Arme lang nach vorne.

Ihr müsst die Zeit stoppen bis zu dem Augenblick wo ihr nicht mehr halten könnt und die Arme nach unten sinken.



Es wäre schön, wenn ihr uns auch Fotos von euren Aktivitäten schickt. Die können wir dann auf unserer Homepage veröffentlichen.

Alle Ergebnisse, und wir vertrauen da auf eure Ehrlichkeit, tragt Ihr in das Formular ein und schickt das mit dem Foto von eurem Kieselstein bis zum 26.02.2021 an

heide.giesenberg@judo-kg-norden.de

Für alle Wettbewerbe werden Punkte vergeben. Je nach Altersklasse und Punktzahl erhaltet Ihr ein Stoffabzeichen für Euer Judogi und eine Urkunde.

	bis 80 Punkte	Gelbes Känguru
81	bis 120 Punkte	Roter Fuchs
121	bis 150 Punkte	Grüne Schlange
151	bis 190 Punkte	Blauer Adler
191	bis 224 Punkte	Brauner Bär
225	und mehr Punkte	Schwarzer Panther

Wir wünschen Euch viel Spaß und Erfolg

Vanessa Giesenberg
Jugendreferentin

Ergebnisse Judo-Safari 2021

Name:

Geb.

Anschrift:

Ergebnis laufen Sek.

Weitsprung mm.....m

Wasserflaschenweitwurf m.....m.....m

Wasserflaschen halten Sek.

Ich habe 2019 an der Safari teilgenommen ja/nein