



**Nordrhein-Westfälisches Dan-Kollegium e.V.**  
im Nordrhein-Westfälischen Judo-Verband e.V.

**Ausschreibung 1. – 3. Dan**  
**Modularer Vorbereitungslehrgang des Bezirkes Köln**  
**Katame-waza**

Bonn, 06.06.2026

**Veranstalter:** NWDK-Bezirk Köln  
**Leitung:** Norman Lohrey  
**Lehrgangsnummer:** 1340202610  
**Ort:** Dreifachturnhalle Heimerzheim, Höhenring 101, 53913 Swisttal  
**Lehrende (Referenten):** Norman Lohrey (4. Dan), Heidi Theis (4. Dan), Thomas Trimborn (2. Dan), Christian Vogelsgesang (2. Dan)

	Vermittlungsinhalte	Datum	Uhrzeit	bis	Uhrzeit
1	Vermittlung der <b>Osae-komi-waza</b> des Kodokan-Programms	Sa, 19.09.2026	10.00	bis	13:00
2	Vermittlung der <b>Shime-waza</b> des Kodokan-Programms	So, 04.10.2026	10.00	bis	13:00
3	Vermittlung der <b>Kansetsu-waza</b> des Kodokan-Programms	Sa, 31.10.2026	10.00	bis	13:00
4	Wiederholung des Bodenprogramms und Unterstützung bei Auswahl von <b>Handlungsketten</b> für 2. und 3. Dan sowie <b>Prinzipien von Umdrehtechniken</b> für den 3. Dan	So, 15.11.2026	13:30	bis	16:30
5	Freies Üben und Generalprobe durch einen Graduierenden	Sa, 28.11.2026	10.00	bis	13:00
6	Abnahme des Moduls von zwei Graduierenden	Sa, 19.12.2026	10.00	bis	13:00

**Anmeldungen:** per E-Mail bis **Samstag, 05.09.2026** an: [thomas@jc-swisttal.de](mailto:thomas@jc-swisttal.de) mit [godula.thiemann@gmx.de](mailto:godula.thiemann@gmx.de) und [christian.steinert@psc-budo.de](mailto:christian.steinert@psc-budo.de) und [norman.lohrey@web.de](mailto:norman.lohrey@web.de) in CC

**Teilnehmergebühr:** **35€ pro Teilnehmer** (auch Uke), mit der Anmeldung zum Vorbereitungslehrgang ist die Teilnahmegebühr auf das unten angegebene Konto zu überweisen

**Kontoverbindung:** **Kontoinhaber:** NWDK e.V.  
**Bankname:** Sparda-Bank West  
**IBAN:** DE67 3706 0590 0002 2211 33

Im Verwendungszweck die Lehrgangsnummer und den Teilnehmernamen angeben.

**Weitere Hinweise:** Aus versicherungstechnischen Gründen ist zu jedem Lehrgangstag der Judopass (digital oder analog) mitzubringen. **Für die Abnahme ist eine separate Anmeldung inkl. SEPA-Mandat zum Einzug erforderlich.**

Mit sportlichen Grüßen  
Godula Thiemann und Christian Steinert  
NWDK-Bezirks-Dan-Beauftragte  
Bezirk Köln  
Auch ohne Unterschrift gültig, da per E-Mail versandt