



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

Einladung zum Techniklehrgang Nage- und Katame-waza
Samstag, 14. November 2026, BLZ-Rheinland

Menden, 01.09.2026

Ausrichter: NWDK **Lehrgangsnummer: 1300202623**

Leitung: Harald Kletke und Max Novak

Ort: Olympiastützpunkt Rheinland (BLZ-Köln), Guts-Muths-Weg 1, 50933 Köln

Datum: Samstag, 14. November 2026

Zielgruppe:

- Dan-Graduierende (Dan-Prüfer)
- Multiplikator/innen in den einzelnen Kreisen und Bezirken
- Bezirks-Dan-Beauftragte und Stellvertreter
- Kreis-Dan-Vorsitzende und Stellvertreter
- Interessierte Judoka (sollten mind. im Besitz des **1. Kyu** sein)

Beginn: 10:00 Uhr **Ende:** 15:30 Uhr

Mittagspause: 12:30 bis 13:00 Uhr

Themen:

1. Sinnvolle Trainingsformen (Uchi-komi) für Wurftechniken
2. Beispiele von Situationslösungen zu Wurftechniken
3. Grundprinzipien des Bodenkampfes

Referenten: **Frank und Vincent Wieneke**

Leitung: NWDK-Vizepräsident (Lehr- und Graduierungswesen)

Teilnehmergebühr: **keine**

Anmeldung: per E-Mail bis zum Samstag, 31. Oktober 2026 an h.kletke@t-online.de

Die Anzahl der Teilnehmenden wird auf **110 Judoka** begrenzt.

Die Zulassung zur Teilnahme an dem Lehrgang erfolgt in der Reihenfolge der Anmeldung.

Teilnahme: nur im weißen Judogi

Hinweis: Für Verpflegung (Essen und Getränke) ist an diesem Tag selbst Sorge zu tragen

Wie bereits bei den letzten Veranstaltungen angekündigt, werden wir im Jahr 2026 die noch fehlenden Themenbereiche **Nage- und Katame-waza** in Lehrgangsformen von Seiten des NWDK anbieten.

Um einen einheitlichen Standard bei der Vermittlung und Bewertung in der Nage-waza (Wurftechniken) für den 1. bis 5. Dan zu erreichen, müssen die Multiplikatoren, Lehrenden (Referenten), Dan-Graduierenden (Dan-Prüfer) Bezirks-Dan-Beauftragte und Kreis-Dan-Vorsitzende und Judoka, die sich weiterbilden möchten auf den neusten und einheitlichen Stand gebracht werden.

Zielsetzung ist, dass bei allen Vorbereitungslehrgängen zur Modul- oder Dan-Graduierung innerhalb des NWDK nach einem einheitlichen Standard in den Kreisen, Bezirken und auf Landesebene gelehrt und geprüft wird.

Mit sportlichen Grüßen
Harald Kletke
NWDK-Vize-Präsident
Lehr- und Graduierungswesen
Auch ohne Unterschrift gültig, da per E-Mail versandt