



Hinweise für Judo Wettkämpfe



Hier erfahrt ihr alles, was ihr für einen Judo Wettkampf beachten müsst.

Allgemein sollten folgende Punkte beachtet werden:

- Das Meldegeld für die Judokas zahlt der Verein. Die Meldung zu Wettkämpfen übernimmt der Verein.
- Die Judokas müssen vor den Wettkämpfen auf die Waage gehen, um die Gewichtsklasse zu ermitteln. Die Waagezeiten werden spätestens am Donnerstag vor den Wettkämpfen vom Trainer veröffentlicht. Bitte 20 Minuten vor der Waagezeit vor Ort sein!
- Die Judokas brauchen einen passenden und sauberen Judo Anzug inkl. Gürtel (bitte Rücksprache mit eurer Judo Trainerin oder Trainer halten).
- Die Finger- und Fußnägel sollten geschnitten sein, um Verletzungen vorzubeugen.
- Schlappen und genügend Wasser müssen auch mitgebracht werden.
- Snacks und etwas zu Essen können mitgenommen werden, aber die Judokas sollten keine schwere oder fettige Kost vor den Kämpfen verzehren!
- Die Judokas sollten auch Anziehsachen für das Warmmachen mitnehmen, wie zum Beispiel ein Pullover.
- Lange Haare (vor allem bei den Mädchen/Frauen) müssen zu einem Dutt zusammengebunden werden, so das die Haare nicht einfach aufgehen können.

Jungs/ Männer:

- gekämpft wird ohne T-Shirt,

Mädchen/ Frauen:

- gekämpft wird mit einem weißen T-Shirt ohne Aufdruck, kein Unterhemd oder ähnliches!

Bitte beachtet diese Hinweise für die folgenden Wettkämpfe! Wir freuen uns über Alle die kämpfen gehen möchten!

Die sportliche Leitung