

Nationale Budodag 2020

Programma jeugd

-10 jaar

09.30 - 09.45 uur	Opening
10.15 - 12.15 uur	Clinic topsporter
12.15 - 13.00 uur	Pauze
13.00 - 15.00 uur	Judo&Fun
15.00 uur	Markt incl. activiteiten en meet&greet

-12 jaar

09.30 - 09.45 uur	Opening
10.15 - 12.15 uur	Judo & Fun
12.15 - 13.00 uur	Pauze
13.00 - 15.00 uur	Clinic topsporter
15.00 uur	Markt incl. activiteiten en meet&greet

-15 / -18 jaar

09.30 - 09.45 uur	Opening
10.30 - 12.00 uur	Clinic Dex & Guillaume Elmont
12.00 - 13.00 uur	Pauze
13.00 - 15.00 uur	Clinic van voormalig NTC-trainer/coach John van der Meer
15.00 uur	Markt incl. activiteiten en meet&greet

Programma inspiratiesessies

09.30 - 09.45 uur	Opening alle doelgroepen				
10.00 - 11.00 uur	Praktijk	Theorie	Theorie	Theorie	Theorie
	Introductie IJF judo kata	ZekerBewegen Plus <i>Powered by NVJL</i>	IJF wedstrijdreglement ©	Mentale weerbaarheid ©	Modulair opleiden in de budosport
	NVCB: Richard de Bijl & Mas Blonk	Rolf Thijssen	NSCJ	Paul Wylleman	Anco Bulk
11.15 - 12.15 uur	Praktijk	Praktijk	Theorie	Theorie	Theorie
	Overeenkomsten en verschillen tussen zelfverdediging en wedstrijdjiujitsu	go-no-sen kata <i>Powered by NVJL</i>	Tapen bij judoka's ©	Gewicht maken ©	Sportlink Club
	NVCB: Bert van Haren & Judith de Weerd	Ad Rebel	Marieke van Hunen	Kars Zoon	Sportlink
12.15 - 12.45 uur	Pauze				
12.45 - 13.45 uur	Praktijk	Praktijk	Praktijk	Praktijk	Praktijk
	Allround budo approach	ne-waza <i>Powered by NVJL</i>	judo als goede basis voor wedstrijd jujitsu	Masterclinic ©	Functional judo movement test ©
	NVCB: Edgar Kruyning en assistenten	Tony van de Berg	Allard Schenklopper	Dex Elmont	Ronald Joorse & Kai Krabben
14.00 - 15.00 uur	Praktijk	Praktijk	Praktijk	Praktijk	Praktijk
	Judo: van basisbeweging tot wedstrijdacties	tachi-waza <i>Powered by NVJL</i>	Tuimeljudo	Masterclinic ©	Ippononderzoek ©
	NVCB: Edgar Kruyning & Cor Moerman	John Bakker	Arno Zahradnik	Guillaume Elmont	Amber von Gerhard, Jeroen Moeren & Kai Krabben