



JU-JUTSU

| ARGE BADEN-WÜRTTEMBERG

6. Kaderlehrgang Fighting & BJJ/Ne-Waza 2026

Techniktraining/Randori/Sichtungslehrgang Landeskader 2027

Veranstalter:	ARGE Ju-Jutsu Leistungssport Baden-Württemberg
Ausrichter:	Jiu-Jitsu Kampfsportverein (JJKSV) Rastatt e.V.
Datum:	Samstag, 26.09.2026, 11:00 Uhr – 17:00 Uhr
Ort:	Dojo des JJKSV Rastatt, Karlstraße 23, 76437 Rastatt
Teilnehmer:	Landeskaderathleten/-innen ARGE Baden-Württemberg Bundeskaderathleten/-innen aus Baden-Württemberg Weitere interessierte Teilnehmer/-innen ab Alterskategorie U12
Leitung:	Ralf Pfeifer, Leistungssportkoordinator ARGE Baden-Württemberg
Trainer:	Angelo Fasulo, 6. Dan Ju-Jutsu, Tr. B LS, ehemaliger Landestrainer Fighting BW Witold Golonka, 4. Dan Ju-Jutsu, Trainer A LS, Landestrainer Fighting BW Andreas Dold, Black Belt BJJ, 3. Dan Ju-Jutsu, Landestrainer BJJ/Ne-Waza BW Andreas Behlau, 4. Dan Ju-Jutsu, Physiotherapeut ARGE Baden-Württemberg Simon Kijas, 2. Dan Ju-Jutsu, Trainer C, Trainerteam Fighting BW
Kosten:	kostenfrei
Anmeldung:	per E-Mail bis 21.09.2026 mit Namen & Vornamen an: Landestrainer Fighting: witold_golonka@gmx.de Landestrainer BJJ/Ne-Waza: andydoldjujutsu@gmail.com
Sonstiges:	Alle minderjährigen Teilnehmer/-innen müssen die unterschriebene Einverständniserklärung für minderjährige Teilnehmer/-innen an Veranstaltungen des DJJV/ARGE Leistungssport einmal im Jahr dem zuständigen Landestrainer abgeben. Eine Vorlage findet ihr unter: [Elternerklärung ARGE] .
Internet:	Alle Berichte und Neuigkeiten könnt ihr auch auf unserer [Facebook Gruppe] oder unter [ARGE Webseite] abrufen!

gez.: Witold Golonka, 31.08.2026, überarbeitete Version

www.ju-jutsu-bw.de



JU-JUTSU

ARGE BADEN-WÜRTTEMBERG

6. Kaderlehrgang Fighting & BJJ/Ne-Waza 2026

Techniktraining/Randori/ Sichtungungslehrgang Landeskader 2027

Vorläufiger Zeitplan:

Uhrzeit		Ort	Wer
11:00 – 13:00	Warm Up Techniktraining Randoris	Mattenfläch e	Alle Fighting & BJJ
13:00 – 13:30	Pause		
13:30 – 15:00	Fighting: Schnelligkeit, situative und reguläre Randori BJJ: Techniktraining & Rollen	Mattenfläch e	Alle Fighting & BJJ
15:00 – 15:30	Pause		
15:30 – 16:30	Fighting Jugend: Techniktraining	Mattenfläch e	Angelo mit U12/U14/U16
15:30 – 16:30	Fighting & BJJ: Krafttraining (Wettkampforientiert)	Kraftraum	Witold mit U18/U21/Senioren & BJJ
16:30 – 17:00	Cool Down	Alle	Andreas Behlau mit allen
Ab 17:00	Abendessen/Grillen	Draußen	Alle! 😊

Spenden für unser Buffet:

Nach dem Kaderlehrgang möchten wir gemeinsam Grillen.

Der Kader stellt das Fleisch und Getränke und bittet um freiwillige Spenden wie Kuchen, Salate etc.

Bitte tragt euch verbindlich für die Teilnahme in der Tabelle ein, damit wir den Einkauf planen können:

https://www.bullsheet.de/S2/Grillen_nach_Kader_LG_26092026_yBV3mK1rm7rw

Wir freuen uns auf ein geselliges Beisammensein und danken im Voraus für eure Spenden für unser Buffet und danken dem JJKSV Rastatt für die Organisation!

www.ju-jutsu-bw.de