



**Ahrensböcker Judoclub e. V.**

[www.judo-ahrensboek.de](http://www.judo-ahrensboek.de)

柔道



**Judo-Safari@home 2020**



Moin!

Deine erste athletische Aufgabe für die Judo-Safari@home:

Zeig uns, wie viele Liegestütz du in einer Minute schaffst!

Lass dich von deinen Eltern dabei filmen, und lade das Video bis spätestens **10.6.** auf unserer Website hoch: <https://judo-safari.judo-ahrensboek.de>

Am besten nutzt du die Zeit, bis du das Video aufnimmst, um kräftig zu üben – je mehr Liegestütz du in einer Minute schaffst, desto mehr Punkte bekommst du. Ganz wichtig ist, dass du im Video deinen Judogi (Judoanzug) trägst.

Wie gewohnt sind wir für Rückfragen o.ä. auf der E-Mail-Adresse [judo-safari@judo-ahrensboek.de](mailto:judo-safari@judo-ahrensboek.de) für dich da.

Die zweite athletische Aufgabe bekommst du nächste Woche am 7.6.

Viel Erfolg!

Dein Safari-Team

*Gez. Tobias Hoefer (Jugendwart)*

**IBAN: DE23 2135 2240 0101 0285 38 -///- BIC: NOLADE21HOL -///- Bank: Sparkasse Holstein**

**1. Vorsitzender:**

Richard Sieber



(04525) 78 400 99

Plöner Straße 81 · 23623 Ahrensböck  
mail: [r.sieber1122@googlemail.com](mailto:r.sieber1122@googlemail.com)

**2. Vorsitzender:**

Matthias Till



(04557) 999 505

Up de Brügg 10 · 23824 Tensfeld  
mail: [matthiastill@t-online.de](mailto:matthiastill@t-online.de)

**Kassenwart:**

Matthias Haß



(04525) 49 32 18

Am Piepenbrook 45 · 23623 Ahrensböck  
mail: [info@matthias-hass.de](mailto:info@matthias-hass.de)

**Gläubiger-Identifikationsnr.: DE25AJC00000191579 -///- VR 3375 beim Amtsgericht HL**