

Judo-Schnupperkurs für Kinder

(Jungen und Mädchen im Alter 7-11 Jahren)

Judo Dojo in der Gymnasium Sporthalle Ellentalstraße,
Start am Donnerstag, den



21. September 2017 von 17:00-18:00 Uhr

**Rangeln und Raufen sowie
Spaß und Sport stehen im Mittelpunkt.**



Unsere qualifizierten Trainer schulen spielerisch spezifische
Judotechniken und koordinative Fähigkeiten

- Gleichgewichtsfähigkeit
- Orientierungsfähigkeit
- Umstellungsfähigkeit
- Rhythmusfähigkeit,
- Kopplungsfähigkeit
- Differenzierungsfähigkeit



sowie konditionelle Grundlagen wie

- Ausdauer
- Beweglichkeit
- Kraft
- Schnelligkeit



Unsere spezifischen Werte im Judo wie Mut, Respekt,
Selbstbeherrschung, Höflichkeit, Freundschaft, Bescheidenheit,
Ehrlichkeit sowie Wertschätzung des Partners gehören
selbstverständlich ebenfalls dazu.

Bequeme Sportkleidung am Anfang ausreichend

Weitere Infos und Anmeldung über unsere Webseite www.jc-bietigheim.de,
über jbjudo@t-online.de oder 07142/940796
und direkt beim Schnupperkurs.