

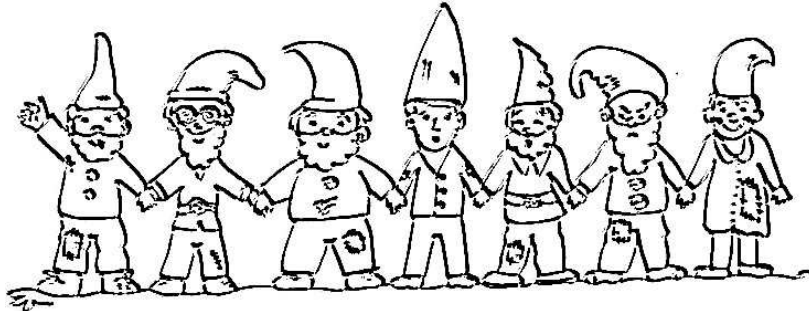
Judo-Club Bietigheim e.V.

Abt. Karate



Ulli Moser, 74321 Bietigheim-Bissingen, Wilhelmshofstr. 34, Handy: 0170/2129286

„Zwergen-Sonntag“



27.04.2014, um 09:30 – 11:00 Uhr
Sporthalle Hillerschule, Bietigheim

Für unsere Kleinen Familienmitglieder, die aufgrund des Alters noch keine Möglichkeit haben sich aktiv am Vereins(Sport)leben zu beteiligen, gibt es am 27.04. wieder die Gelegenheit am 6. „Zwergen-Sonntag“ teilzunehmen.

Zielgruppe des Angebots sind Kinder im Alter von ca. 4 bis 8 Jahre.

Der Inhalt der kleinen „Turnstunde mit einem Hauch Karate“ ist auf dieses Alter ausgerichtet. Sollten z.B. ältere Geschwisterkinder – die sehr willkommen sind - mitkommen kann das Programm für diese natürlich teilweise zu einfach sein.

Was ist konkret geplant...?

- Begrüßungsritual, Vorstellung, Einstimmen auf die Stunde
- Zwergengerechte Karate-Übungen (mit Volker)
- Zwergengerechte Fall-Übungen (mit Manuela und Andreas)
- Parcours mit Hindernissen und Spiele zur Stärkung der Körperspannung und Koordination
- Abschluss der Stunde, Verabschiedungsritual

Wichtig: 1. Um Unfälle zu vermeiden muss jedes Kind während der Stunde von den Eltern beaufsichtigt / begleitet werden (z.B. in den Parcours).
2. Eltern und Kinder bitte nicht in Turnschuhen, sondern barfuß oder in Socken/Laufsocken antreten

Was ist eigentlich das Ziel der Aktion? – Ganz einfach: Bewegung und Spaß für die Kleinen, Treffen/Kennenlernen der Eltern. Kennenlernen der einfachsten Grundlagen aus Karate und Elementen anderer Kampfsportarten.

Aus organisatorischen Gründen ist eine freiwillige, unverbindliche Voranmeldung über die Mail-Adresse volker@wannenwetsch.net erforderlich. Auch Gäste (Nichtmitglieder) sind willkommen!
Bitte gleich mit Kindername(n) und Alter (auch ggf. die älteren Geschwisterkinder angeben).

Wir hoffen die Aktion findet wieder Euren Zuspruch.

Mit sportlichen Grüßen
Volker Wannenwetsch