



JUDO SCHNUPPERKURS FÜR MÄDCHEN UND KNABEN vom 2. Kindergarten bis 3. Klasse

Obwohl **Judo** grundsätzlich eine Kampfsportart ist, wird der leistungsorientierte Wettkampf nicht als allgemeine Zielsetzung angestrebt, denn **Judo** vermag noch viel mehr zu bieten. Wir sind darauf bedacht, die koordinativen Bewegungsabläufe und motorischen Fähigkeiten speziell zu fördern und zu verbessern. Im spielerischen Umgang mit dem Wettkampfgeschehen im Training, werden Stress und Aggressionen abgebaut. Dadurch wird ein harmonisches Körpergefühl und ein gesundes Selbstbewusstsein erreicht.

DIESER SCHNUPPERKURS UMFASST FOLGENDE SCHWERPUNKTE:

EINFÜHRUNG IN DEN JUDO SPORT

- Judospiele, Falltechniken, Würfe und Festhaltetechniken.

EIGENE STÄRKEN SPÜREN

- Eigene Kräfte erleben und eigene Stärken erfahren.

KURSBEGINN: Montag, 5. November 2018 (17.15 - 18.15 Uhr)
KURSDAUER: 5./12./19./26. November (4 Lektionen à 1 Stunde)
KURSKOSTEN: Fr. 72.- (Der Betrag wird am 1. Kurstag in Bargeld eingezogen!)
KURSORT: Judo Team Bülach – Stadthalle Bülach (Allmendstrasse 8 – 8180 Bülach)
LEITUNG: Janine de Ruijter-Nägeli
 J+S Leiter Judo + Ju-Jitsu Kinder- und Jugendsport
 Pallas Trainerin
SEKRETARIAT: Judo Team Bülach – Schaffhauserstrasse 35 – 8180 Bülach
 Mo/Do/Fr 10-12 Uhr
 Telefon: 044 577 40 44
 E-Mail: judo-team@gmx.ch – Homepage: www.judo-team-buelach.ch

----- **Anmeldung bitte hier abtrennen und sofort einsenden!** -----

Judo kräftigt Körper und Geist – Einführungskurs für Mädchen und Knaben vom 2.Kiga bis 3. Klasse

NAME	VORNAME
Strasse	PLZ./Wohnort
Geburtsdatum	Telefon
2.Kiga, 1./2./3. Kl.	E-Mail-Adresse
Unterschrift der Eltern **	

** Die Unfallversicherung ist eine persönliche Sache des Kursteilnehmers!

BITTE SOFORT RETOUR SENDEN – JUDO TEAM BÜLACH, SCHAFFHAUSERSTR. 35, 8180 BÜLACH