



Liebe Eltern, liebe Kinder!

JUDO ist ideal für ALLE, unabhängig vom Alter, aber insbesondere für die Kinder, die beim Judo mehr lernen können, als "nur" Sport im Rahmen des Wettbewerbs.

Judo-Werte: Freundschaft, Respekt, Hilfsbereitschaft, Bescheidenheit, Ehrlichkeit, Wertschätzung, Mut, Ernsthaftigkeit, Selbstbeherrschung.

Diese Werte regeln nicht nur das Miteinander auf der Matte; sie sind Bestandteil unseres Alltags und fördern die Sozial-Kompetenzen eines jeden Judokas im Umgang mit seinen Mitmenschen.

Ein bekanntes Judomotto lautet: "Siegen durch Nachgeben". Hier ist nicht nur das erlernte judotechnische Geschick gemeint, die Kraft des Gegners umzulenken und zum Sieg zu nutzen, sondern auch die mentale Stärke, Konflikten aus dem Weg zu gehen. Der Kerngedanke der Kampfsportart Judo, einen Partner körperlich zu besiegen ohne ihn zu verletzen, wirkt gewaltpräventiv und vermittelt Verantwortungsgefühl.

Falls Ihr das interessant findet, bitte einfach bei uns vorbeikommen und ausprobieren*.

JUDO für Kinder und Jugendliche:

Montags: von 16:00 bis 17:15 Uhr (Kinder 7 bis 11 Jahre)
Dienstags: von 16:00 bis 17:00 Uhr (Jugendliche ab 12 Jahre)
Samstags: von 13:15 bis 14:45 Uhr (Kinder 7 bis 11 Jahre)
Samstags: von 14:45 bis 16:00 Uhr (Jugendliche ab 12 Jahre)

FITNESS-SPAß für Erwachsene, Mütter und Väter:

Donnerstags: von 18:00 bis 19:30 Uhr

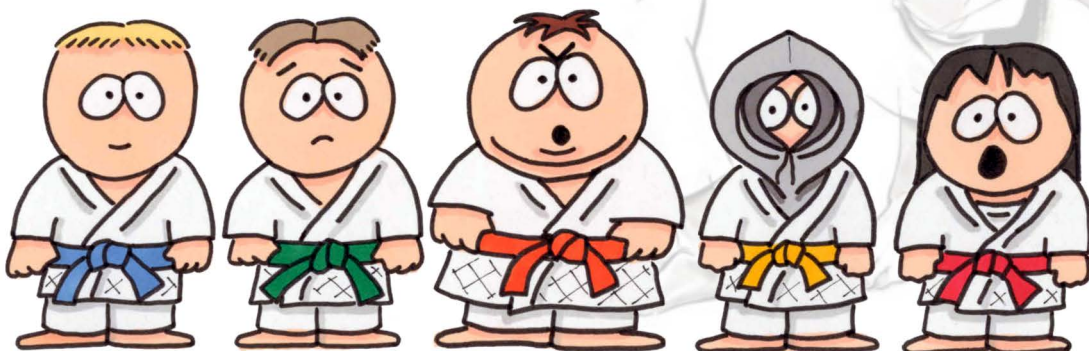
Das judobezogene Bewegungsangebot für Erwachsene mit und ohne Judo-Vorkenntnissen: Fitness-Spaß für Frauen und Männer jeden Alters, die sich mit Freude an Bewegung noch etwas Gutes für den eigenen Körper "antun" möchten.

*** Alle Trainingszeiten:**

Turnhalle der Agnes-Wenke-Schule, Graf-Galen-Str. 6, Neheim-Binnerfeld

Mit sportlichem Gruß - Mariusz Domoradzki

Infos unter: 0175 9125123 (auch Whatsapp)



Neheim 1884 e.V. - www.tv-neheim.de