



JUDO

Schnuppertraining



WER?

Kinder und Jugendliche (6-17 Jahre)

WO?

Hölderlin-Sporthalle (Hölderlinstraße 35, Lauffen)

WANN?

Dienstag und Freitag 17:30 bis 18:45 (6-11 Jahre)

Dienstag und Freitag 18:45 bis 20:15 (12-17 Jahre)

17./20./24./27. September, 1./8./11./15./18./22./25. Oktober

ANMELDUNG:

07133-229559 oder vorstand@budo-lauffen.de



Judo für Kinder und Jugendliche: Schnupper-Training nach den Sommerferien



Nach den Sommerferien bieten die Lauffener Judoka ein Schnupper-Training für **Kinder und Jugendliche von 6 bis 17 Jahren** an. Mit Spiel und Spaß bringen die qualifizierten Trainer:innen den Judo-Kids die ersten Schritte der traditionellen japanischen Kampfsportart bei: Angefangen mit dem sicheren Fallen bis hin zu dem ersten eigenen Wurf und Haltegriff.

Das Training fördert sowohl koordinative, motorische und athletische Fähigkeiten, wie auch das Selbstbewusstsein, das Selbstwertgefühl der Kinder und das faire Miteinander.

Außerdem vermitteln wir den Kindern die zehn **Werte des Judos**: Höflichkeit, Hilfsbereitschaft, Ehrlichkeit, Ernsthaftigkeit, Respekt, Bescheidenheit, Wertschätzung, Mut, Selbstbeherrschung und Freundschaft.

Wir legen großen Wert auf einen respektvollen und fairen Umgang untereinander. Dabei spielen Geschlecht(sidentität), sexuelle Orientierung, Hautfarbe, Nationalität, Alter, Größe, Gewicht, Behinderungen oder andere Merkmale keine Rolle. Außerhalb des Trainings gibt es bei uns zahlreiche sportliche und nicht sportliche Veranstaltungen. Gerade unsere Kinder- und Jugendfreizeiten bieten die Möglichkeit neue Freunde zu finden.

Alle interessierten Kinder haben die Möglichkeit **dienstags und freitags (17./20./24./27. September, 1./8./11./15./18./22./25. Oktober) um 17:15 bis 18:45 Uhr (6-11 Jahre) bzw. um 18:45 bis 20:15 Uhr (12-17 Jahre)** drei Mal an einem **kostenlosen Schnupper-Training** teilzunehmen.

Trainingsort ist in die Hölderlin-Sporthalle (Hölderlin-Straße 35 in Lauffen). Es wird dazu lediglich einfache Sportkleidung benötigt.

Wir freuen uns auf Euch!

Weitere Infos unter: www.budo-lauffen.de

Kontakt: vorstand@budo-lauffen.de oder telefonisch unter 07133-229559.