



SV Mühlhausen - Sulzbürg e.V.
Judo Abteilung

Anfängerkurs

Kinder-Judo-Turnen

Beginn: Freitag, 4. Oktober 2024
 Ende: Freitag, 20. Dezember 2024



Kinder der Jahrgänge 2018 bis 2020

Mindestteilnehmerzahl: 10

Trainingszeiten

Fr.: 16:00 bis 17:00 Uhr

Sybille und Detlef
 Anfänger 1 Elementarbereich
 Judo spielend lernen

Gutschein für 3-mal Schnuppertraining

Name : Vorname.....

Adresse.....

Telefon.....

A



SV Mühlhausen - Sulzbürg e.V.

Allgemeine Ziele im Judo

- Förderung der Koordination
- Aufbau der Fitness
- Stärkung des Selbstbewusstseins
- Stärkung der Konzentration
- Sozialkompetenz

Ziele Judo im Elementarbereich

- Förderung grundlegender koordinativer und konditioneller Fähigkeiten
- Körperwahrnehmung und Bewegungsempfinden verbessern
- Vermittlung von Werten und Regeln in der Judogruppe
- Faires Rangeln und Raufen nach Regeln erlernen
- Erlernen der spezifischer Grundbewegungen
- Grundlegende Fähigkeiten im Bodenturnen erwerben

Ansprechpartner

Reiner Brinkmann
 Sybille Brinkmann (09179/965461)

Anmeldungen:

Telefonisch ab 20:00 Uhr an 09179 – 96 54 61 oder
 E-Mail : Judo-muehlhausen@web.de

Trainingsort (Dojo):

Vereinsheim Gymnastikraum (1. Obergeschoß)
 Bahnhofstr 22
 92360 Mühlhausen

Leistungen:

12 Trainingseinheiten à 60 Minuten durch die lizenzierten Trainer
 Sybille Brinkmann Trainerin B- Elementarbereich und C
 Detlef Schwarzelühr
 Trainingsbegleitheft zum 8. Kyu
 Abschlussgraduierung zum 8.Kyu
 Leihjudoanzug bis Kursende (Sicherheitsleistung 25 €)
 Versicherungsschutz bis Kursende
 Kosten: 40 €