

Judo Club Samurai Landsberg e.V.

Spielend  
**JUDO**  
lernen



## ANFÄNGERKURS

Für Kinder von 4-6  
Jahren

Wann: Immer Donnerstag, 17Uhr–18Uhr

Kursbeginn: 16. Januar 2020

Kursende: 2. April 2020

Wo: Isidor-Hipper-Halle in Landsberg am Lech

Kosten: 70€

Judo ist eine japanische Kampfsportart, die auf dem Grundprinzip „Siegen durch Nachgeben“ beruht. Judo trainiert den ganzen Körper und fördert Koordination und Konzentration!

Das Judotraining

- respektvoller Umgang mit anderen
- Geduld und Disziplin
- Spaß an der Bewegung
- Motorische Vielseitigkeit und Sicherheit
- Körperwahrnehmung und Selbstvertrauen stärken
- „richtiges“ Fallen, erste Wurf- und Bodentechniken
- Geregelt „Rufen“



### Wollt ihr auch ein Judo-Panda werden?

Dann meldet euch an!

Für das erste Training braucht ihr einen Jogginganzug, Schlappen und etwas zu Trinken.

Es wird Barfuß trainiert!

Weitere Infos findet ihr auf unserer Homepage unter

[www.judo-landsberg.de](http://www.judo-landsberg.de)

Oder ihr schreibt uns eine Email mit dem Betreff: Judo-Pandas an

[Judo-Landsberg@gmx.de](mailto:Judo-Landsberg@gmx.de)