

JUDO Schnupperangebot für Kinder und Jugendliche



Vor der Corona-Pandemie gab es mehrere Jahre lang große Nachfrage nach Judokursen für Kinder und Jugendliche. Nach den Herbstferien wollen wir als Verein (SF Blau-Gelb Marburg e.V.) wieder einen Anlauf nehmen und ein solches Angebot in Marburg ins Leben rufen. Natürlich müssen wir dabei die pandemische Situation und daraus resultierende Regelungen beachten.



Ihr lernt in spielerischer Form mit Spaß an der Bewegung den Judosport kennen. Gestärktes Selbstvertrauen und Selbstsicherheit spielen dabei genauso eine Rolle, wie der soziale und rücksichtsvolle Umgang miteinander. Obwohl es beim Judo weder Tritte noch Schläge gibt, ist die Sportart durchaus zur Selbstverteidigung geeignet. Dieses gilt besonders dann, wenn Körperkontakt im Spiel ist. Judoka greifen sich gegenseitig an ihren Judoanzügen, haben also immer Kontakt zu den Trainingspartnern. Ein wichtiger

Bestandteil ist das Erlernen von sogenannten Falltechniken. Diese Techniken helfen nicht nur auf der Judomatte, sondern vor allem auch im alltäglichen Leben, denn die Bedeutung der Falltechniken liegt darin, bei einem Ausrutschen oder Hinfallen gefahrlos und verletzungsfrei auf dem Boden zu landen. Man benötigt am Anfang nur eine lange Jogginghose und ein lang-ärmeliges Sweatshirt.



Mögliche Zeiten sind:

Gruppe 1: montags 15.45 - 17.00 Uhr

Gruppe 2: montags 17.00 - 18.15 Uhr

Gruppe 3: freitags 16.00 - 17.30 Uhr

Wenn du das mit einer Freundin oder einem Freund machen möchtest, dann meldet euch doch gleich zusammen bei uns an.

Anmelde-Informationen siehe www.Judo-Marburg.de

Fragen bitte an JudoSchnupperKurs@Judo-Marburg.de

Wir freuen uns und melden uns schnell zurück!