



Kinder - & Jugend -Lehrgang

Thema: Distanzangriffe
Termin: Sonntag, 05. Mai 2024
Zeit: 10.00 h - Treffpunkt 9.45 h
Ort: Dojo TuS 05 Arloff-Kirspenich
Erlenhecke 43 53902 - Bad Münstereifel-Arloff
Lehrgangsleiter: André Rasche - Jugendwart MJJA e.V.
(4. Dan Jiu-Jitsu / 2. Dan Jiudo)

Liebe Budokas,

ich freue mich, euch den ersten Kinder- & Jugend-Lehrgang 2024 anzukündigen.

Zu Beginn werden wir uns mit interessanten und bewegungsreichen Spielformen untereinander kennen lernen.

Gerade bei diesem Lehrgang und in dieser Altersgruppe werden wir hauptsächlich den Spaß am Sport und an der körperlichen Bewegung in den Vordergrund stellen.

In spielerischer Form erlernen wir Abwehrtechniken gegen Distanzangriffe und werden gemeinsam die richtige Verteidigung herausfinden.

Damit auch die Grundtechniken nicht zu kurz kommen, werden wir diese im Aufwärmtraining integrieren.

Bitte informiert alle Schüler die Ihr seht, sprecht oder hört über diesen Lehrgang, damit wir einen erlebnisreichen Vormittag erleben!

Zuschauer sind herzlich Willkommen!!!

Im Voraus - **VIEL SPAß!**

André