

Riesenspass für Gross und Klein

Ganz nach dem Motto «Judo macht Spass für Gross und Klein» hat der Judoclub Baden-Wettingen wieder das beliebte Eltern-/Kind-training durchgeführt.

An diesem mindestens zweimal im Jahr stattfindenden Anlass will der Club Freude an der Bewegung und nicht Kampf-Judo vermitteln. Es stehen Bewegungsabläufe im Vordergrund, die aus dem Judoport stammen und den Kindern und Eltern zeigen sollen, dass man mit Judo nicht nur Kämpfe austragen kann, sondern dass Judo den gesamten Bewegungsapparat trainiert und die Koordination der Extremitäten fördert – ein Ganzkörpertraining also.

Gemeinsames Spielen, sich bewegen, Ausdauer entwickeln und raufen unter Kontrolle sind im Judo für



Der Judoclub Baden-Wettingen.

Foto: zVg

Kinder und Jugendliche wichtige Elemente, um sich auch später im Erwachsenenleben durchzusetzen und mit anderen Menschen zusammenleben zu können. Rücksicht, Bescheidenheit und Disziplin werden gross geschrieben.

Den Kindern machte es Spass, den Erwachsenen das in den wöchentlichen Judo-Trainingseinheiten

Gelernte zu zeigen und sie auch einmal sanft auf den Rücken zu legen. Wer Interesse an einem Judo-Probetraining hat, als Erwachsener oder als Kind, kann sich melden unter Tel.: 056 222 03 73 oder E-Mail: info@jcbw.ch. Weitere Infos und Bilder über den Judoclub Baden-Wettingen sind unter www.jcbw.ch

(PJ)