

# DJK-Neumarkt

# J U D O

---

*nicht einfach nur Sport* 

## Judokurs für Eltern und Kinder – Gemeinsam stark!

Zeit für Abenteuer, Spaß und Zusammenhalt – das alles bietet unser Judokurs für Eltern und Kinder ab 7 Jahren! Hier habt ihr die einzigartige Möglichkeit, gemeinsam Sport zu treiben und eure Bindung zu stärken.

### **Wann und Wo:**

- Datum: ab 01.02.2025 jeden Samstag, 10 Trainingseinheiten
- Uhrzeit: 17:00 - 18:30 Uhr
- Ort: Judohalle, Rotbuchenstraße 21, 92318 Neumarkt, 1. OG

### **Kursinhalte:**

- Grundlagen des Judo: Von ersten Techniken bis zu aufregenden Würfe – hier lernt ihr alles gemeinsam.
- Spiele und Übungen: Altersgerechte Spiele und Übungen fördern nicht nur die Fitness, sondern auch den Teamgeist.
- Eltern-Kind-Partnerübungen: Lernt zusammen, stärkt euch gegenseitig und habt viel Spaß dabei!



## Warum Judo?

- Gemeinsam Zeit verbringen: Der Alltag kann stressig sein, aber in unserem Kurs habt ihr die Chance, intensiv und bewusst Zeit miteinander zu verbringen.
- Spaß und Bewegung: Spielerische Elemente und spannende Judo-Techniken sorgen dafür, dass der Spaß nie zu kurz kommt.
- Stärkung der Beziehung: Durch gemeinsames Lernen und Üben vertieft ihr eure Beziehung und schafft unvergessliche Erlebnisse.



## Sonstiges:

- Weitere Informationen: Besucht unsere Website oder meldet euch direkt während unserer Trainingszeiten an. Fragen? Ruft gerne Bianca Mederer unter 0172/8229388 an.
- Anmeldung per Mail unter Angaben der Namen, Geburtsdaten und Telefonnummer der Kursteilnehmer an [bianca.mederer@gmx.de](mailto:bianca.mederer@gmx.de)
- Kosten: 100,- Euro pro angemeldetem Paar

Kommt vorbei und erlebt, wie viel Spaß Judo machen kann, wenn man es gemeinsam als Familie erlebt! Wir freuen uns auf euch!

## Kontakt:

- Website: [Judo | DJK Neumarkt 1921 e. V.](http://Judo | DJK Neumarkt 1921 e. V.)
- Telefon: 0172/8229388
- E-Mail: [djkinfo@web.de](mailto:djkinfo@web.de)

