

## Neue Anfängerkurse in Walheim

Wir starten Ende März in Walheim mit **neuen Judo-Anfängerkursen**:

Start des Kurses ist am **28.03.2011**, am 21.03.2011 veranstalten wir einen „Schnuppertermin“.

Hier ein paar **Elterninfos** im „Stenostil“:

- Der Kurs geht über 10 Unterrichtseinheiten à 60 Minuten.
- Die Termine sind: 28.03, 04.04, 11.04, 02.05, 09.05, 16.05, 23.05, 30.05, 06.06 und 20.06. In den Osterferien (18.04 – 30.04) und am Pfingstmontag (13.06) findet kein Kurs statt.
- Die Kosten betragen 50 Euro, sofern ihr Kind einen Judoanzug besitzt.
- Sollten Sie einen Leihanzug von uns wünschen, betragen die Kosten für den Kurs 60 Euro.
- Für den Leihanzug nennen Sie uns bitte bei der Anmeldung die Körpergröße Ihres Kindes und bringen ein „Pfand“ in Höhe von 20 Euro in bar zum Training am 28.03 mit. Das Pfand bekommen Sie nach dem 10-Wochenkurs von uns im Austausch gegen den Anzug zurück.
- Für interessierte Kinder wird nach den 10 Wochen ein weiterer Kurs über 10 Wochen angeboten, der die Kinder auf die Prüfung zum weiß-gelben Gürtel vorbereitet.

Die **Online-Anmeldung** unter <http://www.hertha-walheim.de> ist in den nächsten Tagen verfügbar.

### Warum Judo?

- Judo ist ideal für die motorische Grundausbildung Ihres Kindes.
- Kinder bewegen sich heutzutage viel weniger als früher. Aus diesem Grund ist es sehr wichtig, Ihnen Freude an Bewegung und Sport zu vermitteln, um Ihnen ein gesundes, sportliches Leben zu ermöglichen.
- Beim Judo werden alle Muskelgruppen trainiert, es gibt keine einseitige Belastung. Gleichzeitig wird das Bewegungspotential Ihres Kindes erhöht.
- Judo besitzt eine Philosophie: Die „Judo-Werte“ Hilfsbereitschaft, Bescheidenheit, Ehrlichkeit, Höflichkeit, Mut, Wertschätzung, Selbstbeherrschung und Freundschaft sind grundlegender Bestandteil des Trainings.

Sollten Sie noch weitere Informationen benötigen: Ich freue mich auf Ihre E-Mail bzw. Ihren Anruf!

*Kontakt:* **Frank Heynen**, [fh@hertha-walheim.de](mailto:fh@hertha-walheim.de), Tel. Mobil 0173-5110598.