



Ju Jitsu Anfängerkurs für Kinder

Was Du bei uns im Ju Jitsu lernen kannst

- Hinfallen, ohne dass Du dich verletzt und es Dir weh tut.
- Fair, sportlich und mit klaren Regeln miteinander kämpfen.
- Koordination, Gleichgewicht und Fitness aufbauen und Dein Selbstbewusstsein stärken.
- Neues und Spannendes mit viel Spass erleben und dabei tolle Freunde gewinnen.
- Mit Respekt und Anstand einen Sport erfahren, der dein ganzes Leben prägt.

Ort	Trainingslokal Judo Club Schaffhausen, Sommerwies, 8200 Schaffhausen bei der Bus-Endstation «Sommerwies» Linie 3
Datum	Mittwoch, 11. Februar, 17:00 – 18. 30 Uhr
Dauer	9 Lektionen à 1.5 Stunden
Alter	7 – 12 Jahre.
Mitnehmen	Sportbekleidung, Finken, Trinkflasche
Kosten	Schnupperkurs pauschal: CHF 90.- (Am ersten Kurstag bar zu bezahlen.)
Leitung	Atacan Gülay, Ju-Jitsu Lehrer mit eidgenössischem Fachausweis, 4. Dan Ju Jitsu
Fragen	Per E-Mail an atacan-tuna@shinternet.ch
Anmeldung	online auf www.judo-club-schaffhausen.ch/anfaenger-kurs oder an Atacan Gülay, atacan-tuna@shinternet.ch

Besuche diesen Anfängerkurs und lerne dadurch die Vielfalt unseres Sportes kennen. Entscheide danach, ob Ju-Jitsu dein neues Hobby werden könnte. Nach absolviertem Anfängerkurs kannst Du (bei Interesse) Mitglied bei uns im Club werden und im normalen Kinder Ju Jitsu Training am Mittwoch einsteigen. Wer weiss, vielleicht schaffst Du es einmal bis zum schwarzen Gürtel.

Übrigens: Ju-Jitsu ist die ursprüngliche Form des heutigen Judo. Es ist eine Form der Selbstverteidigung und beinhaltet neben den bekannten Würfen und Festhalter aus dem Judo auch Abwehren sowie Schläge und Tritte, ähnlich wie im Karate. Weitere Infos sind auf unserer Homepage unter www.judo-club-schaffhausen.ch/informationen/ju-jitsu zu finden.

Wir würden uns freuen, dich ganz schön schlagfertig zu machen