



Eltern-Kind-Judo



- WER?** Kinder von 2-6 Jahren und 1 Erwachsener (min. 16 Jahre)
- WANN?** donnerstags, 16:00 – 17:00 Uhr
- WO?** Judoraum in der Jahnhalle
Volksgartenstraße 165, 41065 Mönchengladbach
- WAS?** Werte vermitteln, Motorik schulen, Fallen lernen,
Selbstbewusstsein stärken, Kämpfen nach Regeln,
Spiel, Spaß und Fitness auf der Judomatte

Bitte reißfeste Trainingsklamotten ohne Reisverschlüsse, Kordeln oder Kapuze. Etwas zu trinken (nur in Plastikflaschen!) und Schlappen mitbringen.

Weitere Informationen und Anmeldung
Zum Probetraining bei:

Maik Röhrhoff
m.roehrhoff@1jcmg.de

