



Eltern-Kind-Judo



WER? Kinder von 2-6 Jahren und 1 Erwachsener (min. 16 Jahre)

WANN? dienstags, 16:00 – 17:00 Uhr

WO? Judoraum im Keller des Gymnasium Rheindahlen
Geusenstraße 29, 41179 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:

Sara Eckert
s.eckert@1jcmg.de

