



Judo Schnupperkurs

**Habt ihr Lust, die Kampfsportart Judo auszuprobieren?
Dann meldet euch an und kommt vorbei!**

Zielgruppe: Menschen mit geistigen Beeinträchtigungen und ihre Betreuer*innen/Eltern.
Offen für alle Interessierte.

Datum: Samstag, den 01.03.2025, 11–12:30 Uhr

Ort: Judoteam Oldenburg
Carl-Maria-von-Weber-Straße
23758 Oldenburg in Holstein

Kosten: 5 € pro Teilnehmer*in
Zahlung an:
Special Olympics Deutschland in Schleswig-Holstein
DE03 2105 0170 1400 0821 01

Verwendungszweck: Name + Judo 01.03.

Meldeschluss: 14.02.2025

Anmeldung unter: silke.ruehl@sh.specialolympics.de mit folgenden Angaben: Name, Alter, Verein/Werkstätte

Referenten: Silke Rühl mit ID-Team S.-H

Inhalte: Einführung in die Sportart Judo, Kampfspiele und Übungen zu zweit und in der Gruppe.
Einblick in die Skilltests (Einteilung der Wettkampfklassen beim Judo).

Tipps für Betreuer: „Mein Judoverein“

Hinweise: Mitnehmen: Bequemes Sportzeug, Hallenturnschuhe, Getränke.

Judo machen wir dann barfuß auf der Judomatte.

Empfehlung: Ab 10 Jahre.

Sollte die Anmeldezahl mehr als 12 betragen, werden wir eine weitere Einheit anbieten von 13 bis 14:30 Uhr.

Mit der Meldung wird die Einwilligung zur Veröffentlichung von Fotos erteilt.

Änderungen vorbehalten