



SV Mühlhausen Judoabteilung

Hallo Zukunft; Im Judo wird INTEGRATION großgeschrieben

Ob groß, klein, dick oder dünn – jeder soll mitmachen.

Judoka unterschiedlicher Hautfarbe, Religion, mit oder ohne Handicap sind herzlich willkommen.

Acht Jahre Judo in Mühlhausen Fünf Jahre Türen auf für die Maus Fast 2 Jahre Corona



Die Judoabteilung feiert den 50.-sten Geburtstag der Maus und will alle Kinder nach Corona wieder zurück zum Sport und in Bewegung bringen.

Beginn: Sonntag der 3. Oktober 2021 um 10:00

Ende: ca 14:00 Uhr

Ort: Vereinsheim SV Mühlhausen, Bahnhofstr.22; 92360 Mühlhausen

Alter: 4 Jahre bis 99 Jahre

Bekleidung: Turnhose und T-Shirt

Programm:

Du willst fliegen, wie Superman oder Supergirl?

Du magst turnen, rangeln und raufen nach Regeln?

Sport macht nämlich schlau und fit.

Dann komm zu unserem Judotraining mit der Maus !!!

Nach einem gemeinsamen Aufwärmen beginnt die Fallschule für Jung und Alt.

Gemeinsam mit Dir und Deinen Eltern oder Großeltern üben wir das Fallen:
rückwärts, seitwärts vorwärts.

Dann werden 2-3 Judotechniken geübt.

Zum Abschluss suchen wir dann unseren Mattenkönig*in

Trainer und Betreuer:

das Trainerteam des SV Mühlhausen

und ein Überraschungsgast aus der Judonationalmannschaft

Verpflegung: hierfür ist gut gesorgt

Alle Besucher erhalten ein kleines Judopräsent

gefördert durch:

