

Schwanden, 29. November 2017

EINLADUNG JUDO-MÄDCHENTRAINING 2018

Liebe Mädchen des Judo-Club Spiez, liebe Eltern

Nun schon das vierte Jahr bieten wir dieses spezielle Judo-Mädchenttraining im 2018 an. In den durchmischten Trainingsgruppen sind die Mädchen oft in der Unterzahl und einige verlieren dadurch die Motivation an diesem vielseitigen Sport.

In diesem Training kann gezielt auf die Wünsche und Bedürfnisse der Mädchen eingegangen werden.

Das Mädchenttraining versteht sich **ausdrücklich als Zusatztraining** zu den üblichen, mit Jungen und Mädchen durchmischten Trainings vom Montag, Mittwoch und Donnerstag und kann diese nicht ersetzen.

Es soll dazu dienen einmal nur unter Mädchen zu kämpfen und Techniken zu üben. Sowie den Kontakt innerhalb einer Mädchengruppe aufrechtzuerhalten und die Gemeinschaft zu pflegen.

Vorgesehene Zeiten und Daten:

Mädchenttraining an einem Freitag im Monat

Trainingszeiten **18.00 – 19.30 Uhr**
Dojo geöffnet ab 17.45 Uhr.

| | |
|--------------------|------------------------|
| Erstes Training | 12. Januar 2018 |
| folgende Trainings | 09. Februar 2018 |
| | 02. März 2018 |
| | 06. April 2018 |
| | 04. Mai 2018 |
| | 01. Juni 2018 |
| | 17. August 2018 |
| | 07. September 2018 |
| | 19. Oktober 2018 |
| | 02. November 2018 |
| | 07. Dezember 2018 |



Eingeladen sind alle Mädchen des Judo-Club Spiez, insbesondere freuen wir uns auch über „neue“ Mädchen die den Anfängerkurs abgeschlossen haben.

Wir bitten Euch um vorherige Anmeldung per SMS, Tel oder mail damit wir jeweils wissen mit wie vielen Teilnehmerinnen wir rechnen können.

Wir freuen uns auf Dich und sind gespannt auf Deine Ideen und Wünsche!

Sportliche Grüsse

Leiterinnen Mädchenttraining

| | |
|----------------------|------------------------|
| Nelly Roth | Martina Reist |
| 078 645 73 41 | 079 628 95 30 |
| nellyroth@bluewin.ch | martina_r8@hotmail.com |

*„Zu fallen ist nicht schlimm
solange Du wieder aufstehst“*