

Schwanden, 30. November 2019

EINLADUNG JUDO-MÄDCHENTRAINING 2020

Liebe Mädchen des Judo-Club Spiez, liebe Eltern

Im neuen Jahr 2020 werden wir wieder ein Judo-Mädchenttraining anbieten, sofern genügend Interesse vorhanden ist. In den durchmischten Trainingsgruppen sind die Mädchen öfter 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.

Trainingsdaten 17. Januar 2020
 07. Februar 2020
 06. März 2020
 03. April 2020
 01. Mai 2020
 05. Juni 2020
 04. September 2020
 23. Oktober 2020
 13. November 2020
 04. Dezember 2020



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

Leiterin Mädchenttraining

Nelly Roth
078 645 73 41
nellyroth@bluewin.ch

„Die Kraft der Muskeln ist begrenzt.

Die Kraft des Geistes ist unendlich.“

Koichi Tohei