

Super Sonntag - 03.05.2015

Judo für Erwachsene

Jülich. Der Jülicher Judo-club bietet einen Anfängerkurs für Erwachsene im Zeitraum von zwei Monaten an. In diesen acht Wochen werden grundlegende Fähigkeiten vermittelt. Ein Schwerpunkt liegt dabei auf dem Erlernen des sicheren und kontrollierten Fallens – Stichwort Sturzprophylaxe. Darüber hinaus stehen erste Wurf- und Haltetechniken auf dem Programm. Am Ende des Kurses besteht die Möglichkeit, die Prüfung zum 8. Kyu abzulegen. Der Kurs beginnt am 8. Mai um 20 Uhr in der Sporthalle am Propst Bechte Platz. Anmeldungen unter Tel. 02461/52962. (red)