

JUDO IN LEERSUM

4 introductielessen voor 5 euro

Voor wie: 4, 5, en 6 jarigen.

Waar: De Binder. Hoflaan 29.

Wanneer: op de woensdagen 6, 13, 20 en 27 september.

Hoe laat: van 15 tot 16 uur.

We doen: de basisbeginselen van het rollen en vallen. Verder doen we leuke oefen en stoeispellen. We leren enkele houdgrepen en dat je moet afkloppen als je wilt dat de ander stopt. Aan het eind van deze mini-cursus belonen we de deelnemers met een rode slip.



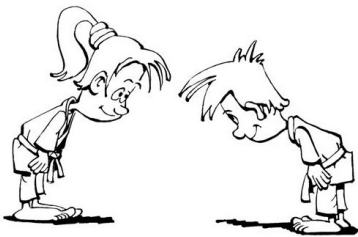
Reserveer:

hermanboersma@hotmail.com

Waarom Judo

Wij doen niet aan vechten.
Wij doen niet aan vluchten.
Wij doen alles wat ertussen zit. Een onzeker kind

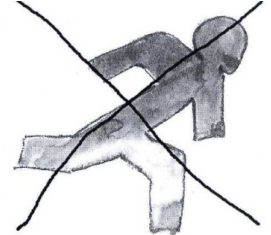
reageert gespannen in moeilijke situaties. Het kiest bij wijze van spreken onmiddellijk tussen vechten of vluchten. Tijdens de vele oefen en stoeivormen die het judo te bieden heeft wordt regelmatig een beroep gedaan op de zelfbeheersing van de beoefenaar.



Het gevolg is een groter incasseringsvermogen en de paniekgrens wordt verlegd. Men leert dat moeilijke situaties bijna nooit bedreigend zijn als men er aangepast mee omgaat. Een judobeoefenaar is wél alert in moeilijke situaties maar niet bang, daarom kan men omgaan met conflicten zonder meteen te kiezen tussen vechten of vluchten. Al doende ontwikkelt de beoefenaar zich tot een evenwichtige, zelfverzekerde persoon die een nieuwe wereld zonder fanatisme en agressie dichterbij brengt.



JUDO



Wij geven op woensdagen óók judoles aan kinderen van 7 jaar en ouder. Kijk op....

www.judoschool-hermanboersma.nl