

JUDO CLUB HORB A.N.E.V.

Liebe Eltern,

der folgende Infocettel soll Ihnen einen kurzen Überblick über den laufenden Anfängerkurs des Judo Club Horb geben.

Der Anfängerkurs für die Kinder findet immer donnerstags von **17.00 Uhr bis 18.30 Uhr in der Hohenberghalle Horb** statt. Spätestens nach dem dritten Trainingsabend sollte die **Kursgebühr** beim verantwortlichen Trainer entrichtet werden. Um eventuelle Missverständnisse zu vermeiden sei darauf hingewiesen, dass Ihr Kind zu diesem Zeitpunkt noch **kein Mitglied** im Verein ist.

Für den Anfang reicht einfache Turnkleidung (T-Shirt, Jogginghose). Da Judo barfuß betrieben wird, sollten die Kinder saubere Füße und geschnittene Fußnägel haben. Bei Stechwarzen oder Fußpilz darf man ausnahmsweise Socken tragen, um eine Ansteckung zu vermeiden. Solange der Vorrat reicht, bekommt Ihr Kind vom Judoclub einen Judoanzug ausgeliehen, der am Ende des Kurses wieder gewaschen abgegeben werden muss.



Das Training beginnt immer mit dem gemeinsamen **Aufbau der Judomatte**, bei dem niemand fehlen sollte. Nach der traditionellen **Begrüßungszeremonie** beginnt das Training mit einem **Aufwärmtraining**, das durch verschiedene Übungen und Spiele gestaltet wird. Anschließend folgt das Erlernen der **Fallschule** - das wegen der verschiedenen Würfe unerlässlich ist - sowie das **Werfen** des Partners. In der so genannten Bodenlage erlernen die Kinder **Haltetekniken**. Es gibt auch Armhebel- und Würgetechniken, die aber erst zu den höheren Gürtelgraden erlernt werden. Ziel dieses Kurses ist, die Kinder zur **Prüfung des 8. Kyu-Grades - dem weiß-gelben Gürtel** - heranzuführen.

Bitte beachten Sie, dass wir entsprechend der Ziele des Judosports großen Wert auf **Disziplin** und **Fairness** legen. Das bedeutet, dass man mit seinem/r Partner/in so umgeht, wie man es für sich selbst erwartet.

Nach den **Pfingstferien** sollte sich Ihr Kind entschieden haben, ob es Mitglied im Judo Club Horb werden will. Bis dahin ist dann die Anschaffung eines eigenen Judoanzuges gerechtfertigt. An die Interessenten werden **Aufnahmeanträge** ausgegeben. Diese sollten nach den Pfingstferien im Training abgegeben werden, denn dann beginnt die "heiße Phase" im Endspurt um die Gürtelprüfung. An der Gürtelprüfung können nur diejenigen teilnehmen, die Mitglied im Verein werden, da für diese Judopässe, Jahressichtmarken und Urkunden beschafft werden müssen.



Wer im ersten Halbjahr an einen Anfängerkurs teilnimmt, zahlt nach Eintritt im Verein für das laufende Jahr nur noch den halben Jahresbeitrag.

Aufgrund der Corona-Pandemie gelten besondere Hygienevorschriften. Teilnehmer/innen mit Krankheitssymptomen wie Schnupfen, Husten, Fieber sowie Verlust des Geruchs- und Geschmackssinns dürfen nicht am Training teilnehmen. Bitte hierzu das Hygienekonzept des Vereins beachten, das auf der Homepage zu finden ist.

Sollten Sie weitere Fragen haben, so stehen Ihnen die Trainer/innen des Vereins als Ansprechpartner zur Verfügung. Sie können sich auch gerne auf unserer Homepage informieren, die Sie unter der Adresse **www.judo-club-horb.de** im Internet finden. Bei einem Trainingsausfall wird dieser auf der Homepage angegeben.

Mit freundlichem Gruß

die Trainer/innen und Vorstandschaft des Judo Club Horb

Bilder: mit freundlicher Genehmigung des Deutschen Judobundes