



## JUDO, SPAB & NEUE FREUNDE

# JUDOKLUB UKS AMS

seit 1973

Foto: © Roland Marx



### Trainingszeiten

1. Klassen: Mo & Do 14:30-15:20
2. Klassen: Di 14:30-15:20 & Fr 12:50-13:40
3. Klassen: Mo & Do 15:20-16:10
4. Klassen: Di 15:20-16:10 & Fr 13:40-14:30

### Schnupperstunde

1. & 3. Klassen am 20.09.2021
  2. & 4. Klassen am 21.09.2021
- zu den normalen Trainingszeiten

*Treffpunkt in der Aula*

Lerne das Trainerteam und vieles mehr über den Verein auf unserer Webseite kennen.

[www.judoklubuksams.at](http://www.judoklubuksams.at)

# Unser Training

Judo ist eine olympische Sportart, die von **UNESCO als die beste Sportart** für Kinder ausgezeichnet wurde. Sie fördert nicht nur die ganzkörperliche Muskulatur, sondern auch den **Herz-Kreislauf** und die Koordination. Judo umfasst nicht nur Wurftechniken und Festhaltetechniken, sondern es wird auch die **Fallschule** beigebracht. Kinder lernen richtiges Abrollen und Fallen, um schwere Verletzungen zu verhindern. Judo unterstützt die Persönlichkeitsentwicklung, indem soziale Werte wie Achtung, Disziplin und Hilfsbereitschaft vermittelt wird. Insbesondere das **Selbstbewusstsein** der Kinder wird gestärkt. Nach vielen abwechslungsreichen Trainingseinheiten können die Kinder bei der **Gürtelprüfung** ihr bisheriges Erlerntes unter Beweis stellen und dadurch den nächsten Gürtelgrad erwerben. Aufgrund der Gürtelprüfung gibt es auch **Erfolgslebnisse** für jene, die sich nicht im Wettkampf messen wollen. Bei unserem alljährlichen **Vereinscup** können die Kinder im geschützten Rahmen erste Wettkampferfahrungen sammeln. Bei uns kann man sich ideal in den Judosport



vertiefen, da wir das Training **mehrfach die Woche** anbieten.

Unser Training findet in kleinen gleichaltrigen Gruppen statt, sodass wir **individuell auf Bedürfnisse** eingehen können. Bei uns steht das **miteinander Bewegen** im Vordergrund.

Unser Verein ist mit dem Fit Sport Austria Qualitätssiegel ausgezeichnet. Unser **junges Trainerteam** verfügt über anerkannte Ausbildungen. Die fachliche und soziale Kompetenz wird durch laufende Fortbildungen gefördert.

In unserer langen Vereinsgeschichte hatte der Verein zahlreiche **nationale als auch internationale Erfolge** zu verzeichnen. Unser Verein fördert seine Sportler bestmöglich, um solche Erfolge zu ermöglichen.

## Anmeldung

Bitte melde dich bis spätestens 29.9 über unsere Webseite bei uns an.

[www.judoklubuksams.at/mitgliedschaft](http://www.judoklubuksams.at/mitgliedschaft)

**Ein Einstieg ist jederzeit möglich.**

## Kosten

€140,- pro Semester inklusive Leihgewand

## Judoklub UKS AMS

Michaelerstraße 12, 1180 Wien  
office@judoklubuksams.at  
Ansprechperson: Vanessa Wenzl  
IBAN: AT22 2011 1842 3424 2600  
ZVR: 1552381558