

## **Judo lernen im neuen Jahr**

Die Judo-Sparte des TSV Barsinghausen nimmt Anfang 2019 wieder Anfänger auf, insbesondere Kinder und Jugendliche. Ein neues Angebot richtet sich schon an die Altersgruppe ab 5 Jahren. Die Jüngsten trainieren dienstags und donnerstags ab 17 Uhr in der kleinen Gymnastikhalle der Goetheschule KGS Barsinghausen ("Dojo"). Dabei werden die Kinder spielerisch an judobezogene Grundlagen herangeführt, der Spaß an der Bewegung steht im Vordergrund.

Beide Gruppen sind "inklusiv", also auch für Menschen mit körperlichen oder geistigen Beeinträchtigungen oder Sinneseinschränkungen geeignet. Das Training wird von Claudia Thieme geleitet, die nach einer speziellen Schulung Inhaberin der entsprechenden Übungsleiterlizenz für G-Judo („Judo der Gehandikapten“) ist. Im Training geht es in erster Linie um Integration und gemeinsamen Spaß, und darum, Anreize zu schaffen und die Entwicklung jedes Einzelnen zu fördern.

Auch sonst sind in der Sparte Anfänger und Wiedereinsteiger jederzeit willkommen. Vier Wochen "Schnuppertraining" sind kostenlos! Weitere Informationen auch zu den Trainingszeiten der anderen Gruppen gibt es unter [www.ju-ju-ba.de](http://www.ju-ju-ba.de) im Internet. Für Anmeldungen und Rückfragen steht Spartenleiter Jan Sievers unter der Rufnummer (05105) 52 98 21 oder per E-Mail an [leitung@ju-ju-ba.de](mailto:leitung@ju-ju-ba.de) zur Verfügung.