

Jiu-Jitsu-Lehrgang für Mädchen und Jungen

SPORT 260 Quadratmeter Mattenfläche

BOCKHORN/LR – Der Judoverein Bockhorn richtet mit der Deutschen Jiu-Jitsu-Union (DJJU) Niedersachsen aufgrund des 25-jährigen Jubiläum der Union einen großen Kinderlehrgang im Jiu-Jitsu in Bockhorn aus. Er findet am Sonnabend, 6. November, von 14 bis 18 Uhr in der Großraumsporthalle an der Haupt- und Realschule statt. Hierzu sind alle Kinder von fünf bis 13 Jahren der Jiu-Jitsu Vereine der DJJU eingeladen.

Die Kosten für die Bockhorner Kinder übernimmt der Verein. Als Referenten hat Uwe Plois, der erste Vorsitzende des Judovereins Bockhorn, Oliver Gugel, 7. Dan im Jiu-Jitsu mit seinem Trainerteam eingeladen. Ebenfalls ist der 1. Vorsitzende der Niedersachsen-Union, Richard Jonk, bei dem Lehrgang anwesend.

Es sind alle Eltern, Großeltern, Freunde und auch

Gäste, die sich einmal das Jiu-Jitsu bei einem Kinderlehrgang anschauen möchten, herzlich willkommen. Es stehen die Trainer und Ansprechpartner in den Pausen gerne für Gespräche zur Verfügung. Eine Cafeteria wird aufgebaut. Den Kindern stehen am Sonnabend über 260 Quadratmeter Mattenfläche zur Verfügung. Für Anmeldungen und Fragen zum Jiu-Jitsu steht Uwe Plois unter Telefon 04451/82685 zur Verfügung.

Als nächsten Termin veranstaltet der Judo-Verein Bockhorn am 22. und 29. November einen Frauen Notwehr- und Selbstbehauptungskurs. Auch hierzu können alle Interessierten Frauen ab 14 Jahre gerne am Sonnabend Fragen stellen und sich informieren, oder bei Uwe Plois anrufen. Der Kurs wird kostenfrei angeboten.

JIU-JITSU-NACHWUCHS GEHT AUF DIE MATTE



Einen großen Lehrgang für Kinder richtet die Jiu-Jitsu-Sparte des Judo-Vereins Bockhorn mit der Deutschen Jiu-Jitsu Union (DJJU) Niedersachsen an diesem Sonnabend, 6. November, anlässlich des 25-jährigen Bestehens des Verbandes aus. Eingeladen sind alle Kinder der DJJU-Vereine im Alter von

5 bis 13 Jahren. „Für unsere Bockhorer Kids ist die Teilnahme natürlich ein Highlight – wir erwarten insgesamt rund 150 Kinder“, erklärt Uwe Plois, Vorsitzender des JV Bockhorn, der die Kosten für die eigenen Teilnehmer übernimmt. Mehr als 260 m² Mattenfläche stehen von 14 bis 18 Uhr in der

Großraumporthalle an der Bockhorer Schulstraße zur Verfügung. Neben den Kindern sind auch alle Eltern, Großeltern, Freunde und auch weitere Gäste, die sich die Sportart anschauen wollen, herzlich willkommen. Anmeldungen und Fragen bei Uwe Plois unter ☎ 04451/82685.

BILD: PLOIS

Von Abwehr, Fallschule und hartem Bodenkampf

SELBSTVERTEIDIGUNG Judoverein Bockhorn trainiert mit 80 Kindern – Bodenkampf gegen Trainer



BILD: PRIVAT

Der Judoverein Bockhorn veranstaltete einen Lehrgang, an dem mehr als 80 Kinder und Jugendliche teilnahmen.

BOCKHORN/LR – Einen großen Kinderlehrgang im Jiu-Jitsu hat der Judoverein Bockhorn, Sparte Jiu-Jitsu, jetzt mit der Jiu-Jitsu Union Niedersachsen ausgerichtet. Anlass war das 25-jährige Bestehen der Jiu-Jitsu-Union. Alle Kinder im Alter von fünf bis 13 Jahren der Jiu-Jitsu Vereine Nieder-

sachsen waren eingeladen. Acht Vereine aus Niedersachsen mit insgesamt 80 Kindern und fünf Trainern nahmen am Lehrgang in der Großraumsporthalle in Bockhorn an der Schulstraße bei der Haupt- und Realschule teil.

Als Trainer waren tätig: Oliver Gugel, Richard Jonk, Uwe Plois, Tamara Schmitz und Isabelle Funke. Über Abwehrtechniken und Fallschule wurde auch der Kampf geübt, wie Schlagtechniken auf Schaumstofftateeln. Am besten kam der Kampf mit Schaumstoffschlägern an, aber auch der Bodenkampf gegen die Trainer war beliebt. Viele Kinder

wollen im kommenden Jahr wieder dabei sein. Dann findet eine Kinderolympiade in der Bockhorer Großraumsporthalle statt.

Jiu-Jitsu ist eine Selbstverteidigungssportart, bei der auch der Wettkampf trainiert wird. Wer Interesse am Jiu-Jitsu hat, kann sich bei Uwe Plo-

is, Telefon 04451/82685, informieren oder jeweils montags, 17 Uhr, in der Großraumsporthalle in Bockhorn beim Training ab fünf Jahren zuschauen beziehungsweise gleich mitmachen. Erwachsene und Jugendliche ab 14 Jahre sind ebenfalls willkommen. -> @ www.judo-verein-bockhorn.de