

# JUDO FÜR NICHT JUDOSPORTLER

Judo – der sanfte Weg!

Wir lernen Grundlagen und Techniken(Fallschule und Wurftechniken) und wir werden die Werte des Judos kennenlernen: Respekt, Höflichkeit, Ernsthaftigkeit, Selbstbeherrschung und Wertschätzung.

