

# Das ist alles inklusive!



08.00-16.30 Aufsicht durch unsere Trainer  
09.00-12.00 Training (bis 09.00 müssen die Kinder da sein!)  
12.00-14.00 Mittagessen (Getränk inkludiert!)  
14.00-16.00 Training  
16.00-16.30 Abholzeit

Das ist wichtig: es gibt nur 20 Plätze!  
Mindestalter: 7 Jahre. Mindestgürtel ist weiß/gelb.  
Die Woche geht vom 04.08.-08.08.2025.  
Der Preis inklusive aller Leistungen ist 150,00.

## Unser Ganztagesprogramm 2025!

Es erwartet dich ein tolles Sportangebot.



Judo in allen Varianten  
Viele Spiele  
Koordinationstraining  
Mentaltraining - Konzentriere dich auf die Technik, die du gerade machst  
Selbstverteidigung  
Krafttraining mit deinem Körper  
Reaktionstraining  
Die Spezialtechnik unserer EM Starterin Pia  
Und bei schönem Wetter sind wir natürlich täglich einmal im Freien

Trainerinnen diese Woche sind Pia und Leonie!

### ANMELDUNG zur Ganztageswoche 2025

Nur 20 Plätze möglich!

Name:	Gürtelfarbe:
Geburtsjahr:	Trainer:
Telefon:	

Die Woche findet vom 04.08. bis zum 08.08.2025 statt. Die Woche kostet inklusive aller Leistungen 150,00. Diese sind mit der Anmeldung zu bezahlen.  
Bitte den oberen Abschnitt lesbar ausfüllen.