

Junge Kämpfer trainieren ihr Selbstvertrauen

SPORT Beim Ferienkurs der SG Walhalla lernten Kinder erste Ju-Jutsu-Techniken.

REGENSBURG. Ein voller Erfolg war auch dieses Jahr wieder der Ferienkurs für Kinder, welcher in Zusammenarbeit mit dem Sportamt Regensburg bereits zum 14. Mal stattfand. Rund 20 Kinder und Jugendliche hatten sich letzte Woche an vier Nachmittagen getroffen, um spielerisch diese Sportart kennen zu lernen.

Trotz der Hitze waren die Kinder im Alter zwischen sieben und 16 Jahren in dem Ferienkurs in der vergangenen Woche voller Eifer mit dabei. Nach einem kurzen Aufwärmtraining erhielten die Kinder viele Tipps, wie sie sich in brenzligen Situationen verhalten sollen. Sie durften auch bereits erste Ju-Jutsu-Techniken ausprobieren. Jürgen Stampka freute sich, dass der Kurs wieder so großen Zuspruch fand.



Die Kinder im Alter zwischen sieben und 16 Jahren waren bei dem Ferienkurs voller Eifer dabei.

Foto: SG Walhalla

Ju-Jutsu kann jeder lernen. Es ist eine moderne Art der Selbstverteidigung und besteht aus einer Mischung von Ji-Jitsu, Judo, Karate und Aikido. Ju-Jutsu fördert sowohl bei Kindern als auch Erwachsenen das Selbstvertrauen

und die Fitness.

Wer Lust hat, zu einem unverbindlichen Probetraining vorbeizuschauen, ist jederzeit bei der SG Walhalla willkommen. Im September startet wieder eine neue Gruppe – der Ein-

stiegszeitpunkt wäre also optimal. Nähere Informationen zu dem Training erhalten Interessierte bei Jürgen Stampka unter Tel (01 60) 70 15 83 1 oder im Internet auf der Homepage www.kampfsport-regensburg.de.