

## Wo bekomme ich noch mehr Infos?

Budo-Club Kamp-Lintfort e.V.

**1. Vorsitzender**

Axel Deppermann

Hertzstr. 3

47475 Kamp-Lintfort

Tel.: 02842 9755687

**Geschäftsführer**

Dirk Schmitz

Raiffeisenstr. 10

47661 Issum

Tel: 02835 447744

[www.bc-kali.de](http://www.bc-kali.de)

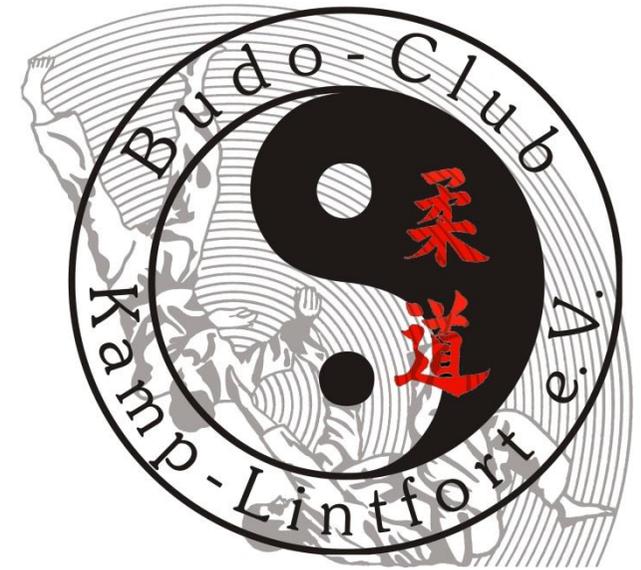
[info@bc-kali.de](mailto:info@bc-kali.de)

## Wie hoch ist der Beitrag?

Für unter 11 Jährige 5,- € im Monat, sonst 10,- €  
im Monat..

## Judo...

- 1.) ist eine Sport ohne Schläge und Tritte
- 2.) ist eine Verteidigungssportart
- 3.) erfordert Disziplin
- 4.) ist olympische Disziplin
- 5.) ein Ganzkörper- und Partnersport
- 6.) ist auch für Sportler ohne Kraft
- 7.) Judo fördert/fordert den ganzen Körper
- 8.) Judo kennt Wettkampf- und Breitensport
- 9.) Wer Judo beherrscht, beherrscht sich selbst
- 10.) ist vieles mehr.....



Budo-Club  
Kamp-Lintfort e.V.

Trainingsgutschein

## Wann trainieren wir?

Wir trainieren Montag und Freitag in vier verschiedenen Gruppen

- Mattenkoalas
- Kinza-Kids
- Yuko-Teens
- Senioren

## Welche Gruppen gibt es?

Als Einstiegsgruppen gibt es die Kids für 6 bis 14 jährige und die Senioren für über 14 jährige.

Für 2 bis 7 jährige gibt es noch eine Eltern und Kind Gruppe bei denen eine Begleitung mit auf die Matte geht.

von 2 bis 7 Jahren mit Begleitung  
Montag 16:15 – 17:45

von 6 bis 14 Jahren  
Montag 18:00 – 19:30  
Freitag 16:30 – 18:00

Anfänger über 14 Jahren.  
Montag 19:30 bis 21:00 Uhr  
Freitag 18:00 bis 20:00 Uhr

## Wo wird trainiert?

In den Sporthallen am Kamper Dreieck, und zwar die alten Hallen des Gymnasiums.  
Moerser Str. 167, 4747 Kamp-Lintfort



Umkleide 1 für die Mädchen  
Umkleide 2 für die Jungen

## Gutschein

Für vier Mal kostenloses Training im Budo-Club Kamp-Lintfort e.V.

Einfach diesen Gutschein beim Übungsleiter abgeben.

Mitzubringen sind:

- Am ersten Abend die Eltern
- Hausschuhe oder Badelatschen
- T-Shirt
- lange Turnhose oder Jogginghose
- Kurze und saubere Fuß- und Fingernägel.
- Wertsachen zu Hause lassen
- eventuell Trinkflasche

