



SC Arminia Ochtrup e.V. Abteilung Judo



Michael Dierker, Akazienstraße 19, 48607 Ochtrup

Datum:

04.12.2011

Abteilungsleiter:

Michael Dierker

Telefon:

+49(2553) 993 040

Mobil:

+49(151)50536000

e-Mail:

michael.dierker@t-online.de

Abt. Jugendfußball

Angebot „Fallschule für Fußballer“!

Sehr geehrte Sportsfreunde,

um Dinge verbessern zu können, kann man auf altbewährte Methoden setzen oder neue Wege gehen. Wir möchten mit Euch gemeinsam den Fußballsport sicherer machen und damit, aktiv der Verletzungsgefahr vorbeugen.

Konkret bieten wir eine speziell für Fußballer entwickelte Fallschule an.

Wir möchten durch dieses Angebot Euer Training unterstützen und bereits bei den jungen Sportlern durch spezielle Übungen, die Geschicklichkeit und das Reaktionsvermögen verbessern. Das Falltraining übt das ungewollte Fallen. Es vermittelt Jugendlichen die richtige Kopfhaltung und geschicktes Abrollen. Durch spezielle Übungen gelangen die Kinder zu mehr Sicherheit im Zweikampf und reduzieren die Verletzungsgefahr.

Der Fallkurs wird durch unseren Judolehrer und gelernten Physiotherapeuten Bart Rossy (3. Dan) und unseren Jugendtrainer Markus Kracke (1. Kyu) durchgeführt, die bereits mit Fußballern aus Gronau, Enschede und Losser gearbeitet haben.

Gruppenangebot ab E –Jugend (max. 20 Personen):

Der Leistungsumfang beträgt pro Gruppe 2 Trainingseinheiten à 90 Minuten, Hallennutzung im Sportpark und unsere beiden Trainer. Die Gesamtkosten belaufen sich auf 120,00 € / Gruppe.

Für Beratung und Terminabstimmung steht Euch Bart gerne persönlich Dienstags und Freitags jeweils ab 19.30 Uhr (nach dem Judotraining Sportpark Ochtrup) oder unter **Tel. (0031) 53 - 435 9242 / Email b.rossy@hetnet.nl** zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen

Michael Dierker
(Abteilungsleiter)