

**POLIZEI - SPORTVEREIN MÜNCHEN e.V.**  
*...der Sportverein für JederMann, JedeFrau und JedesKind*  
**Abteilung Ju-Jutsu**

**Eltern und Kind -  
Selbstverteidigung  
Ramersdorf**

(Eltern-Kind-SVR)

**Ort?** Langbürgener Strasse 11  
KiTZ (Gymnastikraum)

**Wann?** Jeden Samstag  
10.30 Uhr bis 12.00 Uhr



Ju-Jutsu Maskottchen  
Polizei-Sportverein München

Im **Eltern-Kind-SVR** soll der gemeinsame Sport der Eltern mit ihren Kindern im Vordergrund stehen:

- Kontrolliertes Bewegen mit Selbstverteidigungsanteilen für Eltern und Kind als Grundlage dienen dabei Techniken aus Judo und Ju-Jutsu
- Die Kinder sollten zwischen 4 und 8 Jahren alt sein. Bei den Eltern gibt es keine Altersgrenzen.
- Die Kinder sollen sich richtig bewegen lernen. Kontrolle spielt dabei eine große Rolle. Da das Spielen mit den Eltern oft zu kurz kommt, wird gerade in diesem Kurs großen Wert auf die Gemeinschaft gelegt. An jedem Samstag vermitteln wir auch in kurzen Sequenzen Informationen zu unseren Techniken und über das Judo und das Ju-Jutsu.
- Trainingskleidung und Schuhe für den Gymnastikraum sind ausreichend.
- Die Übungsstunden finden während der Bayerischen Schulzeiten statt.
- Die Kinder und deren Eltern/Begleitpersonen werden Mitglied im Polizei-Sportverein München eV

**Nähere Informationen :**

**Herr Riedl** Tel. 01577 036 34 34  
Tel. 089 / 60086282  
Mail: jugend@psvmuenchen.de  
oder unter: [www.psvmuenchen.de](http://www.psvmuenchen.de)