



Judo Club Tori Torhout vzw

Adm zetel: Waterhoekweg 53, 8820 Torhout

Ondernemingsnummer: 0872162533

RPR Gent, afd. Oostende

Dojo: Industrielaan 2, 8820 Torhout

Rek nr: BE03 9731 7159 8084 (Argenta)

Mail: infojct@hotmail.com

Website: www.jctt.be



Beste allen,

Vanaf 02 05 2022 organiseren we:

JUDO VOOR ALLEN

Ben je 18+, reeds judo gedaan of juist niet, vedergewicht of zwaargewicht dan organiseren we judotrainingen op maat gemaakt. Dit op recreatieve basis.

Waarom judo doen:

1. Het overwint angsten, je leert **vallen en weer opstaan** zonder je pijn te doen.
2. Je werkt aan uw **motorische en conditionele ontwikkeling**, Lopen, springen, rollen ze terwijl je aan uw fysiek werkt.
3. Je leert assertief zijn en het is heel goed voor uw **weerbaarheid**. Je wordt er sterker van, zowel fysiek als qua zelfvertrouwen.
4. Je leert je **beter concentreren en leren doorzetten**.
5. Respect is heel belangrijk op de mat. Het is een genot om te zien hoe de opgeleide judotrainers de waarden van het judo over brengen. **Plezier en respect** gaan echt hand in hand in onze judoclub.
6. Judo is, in tegenstelling tot wat sommigen denken, een medicijn tegen geweld en agressie. Omdat judo steeds **beheersing** uitdraagt, leert een judoka juist een gevecht buiten de dojo (oefenzaal) te vermijden.

We bieden 10 trainingen aan om het eens uit te proberen, daarna kan je beslissen of je doorgaat of niet. Tijdens deze trainingen ben je verzekerd en krijg je les van een gediplomeerde trainer.

Inschrijven is niet noodzakelijk maar een mailtje vooraf zou welkom zijn. infojct@hotmail.com

Zolang de voorraad strekt bieden we een judo-vest en gordel aan in bruikleen voor deze 8 lessen.

Een formulier voor de verzekering vullen we in wanneer je je voor de eerste keer aanmeldt.

Deze trainingen gaan door vanaf 02/05/2022. Dit elke maandag en donderdag van 19u00 tot 20u30.

Dit in de stedelijke sporthal van Torhout, Industrielaan 2, in de zaal "DOJO" op het eerste verdiep.

We hopen u te mogen ontmoeten op deze trainingen.

Het bestuur en de trainers,
JC tori Torhout

vzw Judoclub Tori: Voorzitter: Dirk Ramon 050/ 21 44 88; Penningmeester: Geert Decloedt 0479 66 86 18

Secretaris: Rik Vinckier 050/ 21 42 30; Hoofdtrainer: Dirk Steelandt 050/ 21 66 00

e-mail infojct@hotmail.com website www.jctt.be