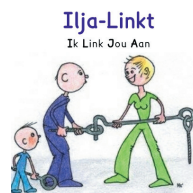


Mede mogelijk gemaakt door:

Stichting **SAMEN** Delft



In samenwerking met:



Meer informatie?

www.het-luisterrijk.nl,

mail: info@het-luisterrijk.nl of

bel: IJla 06-24247950 of Myra: 06-52384686



Rick van der Linden (53jr), heeft naast een fulltime baan een hobby, namelijk het lesgeven in judo. Daarnaast zijn hardlopen en wielrennen passies van hem. Zijn motto is: Nooit te oud om een nieuwe droom te dromen,

een doel te stellen en te verwezenlijken. Een beetje gek, beetje anders 't maakt niet uit, wees lekker jezelf heb plezier.



IJla van der Meijden (41jr), heeft een coachpraktijk te Delft voor groot en klein, genaamd IJla-Linkt. Als ouder zie je een kind graag blij, hoop je dat het opgroeien makkelijk gaat en het leven leuk is. Je wilt een gelukkig kind!

Soms merk je dat de praktijk anders is en zie je dat je kind het moeilijk heeft. Er is wat gedoe, zonder precies te weten wat er speelt. Maar je kind heeft daar wel last van. Als coach kan zij daarbij helpen.

“Er is toch niets leuker dan samen spelen, bewegen en sporten!”



Myra Hillebrink (46jr) heeft een kinder- en jeugdcoachpraktijk in Delft. Hierin ondersteunt zij kinderen en jongeren bij diverse hulpvragen. Door de motorische ontwikkeling te ondersteunen, helpt ze bij

de sociaal-emotionele en cognitieve groei.

Veiligheid is daarbij een voorwaarde. Zij is gespecialiseerd in begeleiding bij faalangst en ANDERS LEREN, zoals bij kinderen en jongeren met dyslexie of AD(H)D.



Er is toch niets leuker dan samen spelen, bewegen en sporten!

Ontdek dat het kan en ervaar het plezier, kinderen met en zonder beperking beoefenen

SamenJudo

Ontdek dat samen bewegen niet alleen gezond, maar ook erg leuk is!!

Judo

Met judo train je het hele lichaam. Maar wellicht belangrijker is dat kinderen goed met elkaar leren omgaan, zich leren beheersen en een gezond zelfvertrouwen ontwikkelen. Judo is bij uitstek een mentale en fysieke opvoeding.

Dinsdag 24 november start SamenJudo. Kinderen met en zonder beperking trainen samen. En we sluiten de trainingen op een bijzondere wijze af. Hoe? Dat blijft nog even een verrassing.

Trainen gebeurt op een gevarieerde manier, waarbij plezier en veiligheid voorop staan. De trainingen worden verzorgd door Rick, een deskundige meester. Het project wordt begeleid door Myra Hillebrink en Ilja van der Meijden, beide kinder- en jeugdcoach.

Doel van SamenJudo is kinderen met een (lichte) beperking (lichamelijk, verstandelijk, chronisch) te laten ervaren hoe leuk het is om (samen) te sporten.



Samen, beweegmaatjes

De buddykoppels zijn een belangrijk aspect van SamenJudo. De buddy, een kind van ongeveer gelijke leeftijd, speelt een essentiële rol in de begeleiding en het beweegplezier!

SamenJudo is voor alle deelnemers stimulerend voor de sociaal-emotionele ontwikkeling. Dit wordt verder o.a. vormgegeven door het maken van een smoelenboek, samen nog iets drinken na de training en bij iedere training worden foto's gemaakt, waardoor thuis makkelijker verteld kan worden.

Beweegmaatje worden gestimuleerd om te denken in mogelijkheden en zullen grenzen verleggen. Het is een pré als zij judo-ervaring hebben, maar het hoeft niet. Minimumleeftijd voor maatjes is 8 jaar.

Lijkt Judo je een leuke sport?

Ben je tussen de 6 en 14 jaar?

Geef je dan NU op!

Praktisch:

De trainingen zijn op dinsdag 24 november, 1, 8 en 15 december 2015 en op 5 en 12 januari 2016 van 16:00u tot 17:00 u. De afsluiting is nog een verrassing.

Locatie:

Er wordt getraind in de Okidojo van het Sportcentrum TU-Delft, Mekelweg 8, 2628CD te Delft.

Kosten:

Voor 6 trainingen en de officiële afsluiting, incl. begeleiding, betaal je € 60,-.

Aanmelden via info@het-luisterrijk.nl

