



## **JUDO...**

...ist eine Sportart, die wie kaum eine andere noch immer in enger Verbindung mit ihrem Ursprungsland steht. Durch den Verzicht auf unnötige Gefährdungen und die Idee der klugen Kampfführung ist Judo immer noch das, was es im Japanischen auch heißt:

**DER SANFTE WEG**

**SIEGEN DURCH NACHGEBEN**



# **WARUM**

# **JUDO**

# **?**

# 柔道



## JUDO - KAMPFSPORT MIT WERTEN

自  
他  
共  
栄

**JITA KYOEI:**  
GEGENSEITIGES  
HELFEN UND  
VERSTEHEN ZUM  
BEIDERSEITIGEN  
FORTSCHRITT

精  
力  
善  
用

**SEIRYOKU ZENYO:**  
GUTE AUSNUTZUNG  
DER ENERGIE,  
MINIMALER  
AUFWAND,  
MAXIMALE  
WIRKUNG



<https://www.facebook.com/HSVJudo>

## **KOMM VORBEI!**

**KOSTENLOSES PROBETRAINING  
ZUM REINSCHNUPPERN**

**...WO?**

**TURNHALLE REALSCHULE MARK  
HAMM, MARKER DORFSTRASSE 8**

**...WANN? MITTWOCHS 18:30**

**...BRING MIT: SPORTKLEIDUNG UND  
BOCK!**

**JUDO ABTEILUNG DER HAMMER  
SPIELVEREINIGUNG**

