



**AUDENTES**  
SPORDIKLUBI

# Too oma laps judo trenni

## Treeningud Teie lasteaia ruumides

Esmaspäeviti 16:00- 16:45  
Neljapäeviti 16:30- 17:15

**Kas teadsid, et judo on kõige populaarsem kahevõitlusala maailmas?**

### Mida judo õpetab lapsele?

Judo alus ehk moraalne kodeks koosneb kaheksast printsiibist, mida õpetatakse lastele alates esimesest trennist

**JULGUS** Seisa vapralt raskustele vastu

**AU** Tee seda, mis on kooskõlas su põhimõtetega

**AUSUS** Ole siiras oma mõtetes ja tegudes

**VIISAKUS** Viisakus teiste inimeste vastu

**TAGASIHOIDLIKKUS** Ei tohi käituda ja mõelda üleolevalt

**SÕPRUS** Ole hea kaaslane ja sõber

**ENESEVALITSUS** Kontroll oma emotsioonide üle

**AUSTUS** Hinda teisi



### Tekkis küsimusi? Võta ühendust!



noortesport@audentes.ee  
dmitri.lepp@audentes.ee



+372 699 6572  
+372 5664 0408

### Uudiseid meie tegemistest näed



Audentes Spordiklubi judo  
[www.facebook.com/audentesjudo](http://www.facebook.com/audentesjudo)



audentesjudo