

Taekwondo

Taekwondo, die Kunst (Do) des Fuß- (Tae) und Faust- (Kwon) Kampfes, ist eine intensive koreanische Kampfkunst und olympische Wettkampfsportart. Insbesondere bei Gürtelprüfungen werden Bruchtests ausgeführt sowie Formen und Selbstverteidigung demonstriert.

Kinder: Mi. 16:30-18:00 Uhr
Jugend/Erwachs.: Mi. 18:00-19:30 Uhr
Freies Training: Sa. 14:00-16:00 Uhr
Freies Training: So. 12:00-14:00 Uhr
Sporthalle der Hedwig-Schule
St.-Hedwig-Straße 24 · 59557 Lippstadt

Jugend/Erwachs.: Fr. 18:00-19:30 Uhr
Jahnsporthalle
Udener Straße 2 · 59555 Lippstadt

Info:
taekwondo@jsv-lippstadt.de



Spielerisch Mutig

Unser Angebot richtet sich an Kinder im Alter von ca. 5-7 Jahren. Das Training ist flexibel und wird sehr spielerisch gestaltet. Der Schwerpunkt liegt in der vielfältigen sportlichen Bewegung, die Koordination und Motorik der Kinder fördert. Mit unserer Gruppe bieten wir:

- die frühe Vermittlung von u.a. Respekt und Wertschätzung
- das Erlernen von Umgangsformen, Fairplay und Mut
- Bewegungsfähigkeit und -freude
- sicheres Bewegen im Alltag
- Selbstbehauptung in der Gruppe

Kinder 5-7: Fr. 15:15-16:15 Uhr
Sporthalle der Hedwig-Schule
St.-Hedwig-Straße 24 · 59557 Lippstadt

Info:
info.spielerisch.mutig@jsv-lippstadt.de



- **1 Beitrag** und **7 Kampfsportarten** sind möglich
- Erwachsene: 10,00 € / Monat; Kinder/Jugendliche: 7,50 € / Monat
- Quartalsweise zahlbar, 10% Rabatt bei jährlicher Zahlung
- Einmalige Aufnahmegebühr: 10,00 €
- Der Einstieg ins Training ist jederzeit möglich (bequeme Kleidung genügt)
- Beitragsfreies Probetraining möglich

Schaut doch einfach mal rein – wir freuen uns auf Euch!



Playstore: [JSV Lippstadt News App](#)



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



https://twitter.com/presse_jsv



https://youtube.com/channel/UCKnJKk3_DERHdzSZ7bHNm7g



https://www.instagram.com/jsv_lippstadt/

In den Ferien findet kein Training statt!



**Geschäftsführer
Henning Irlé**

Weißdornallee 40
59557 Lippstadt

Telefon: 02941 / 9330503
info@jsv-lippstadt.de



Unterstützt durch:



© JSV Lippstadt e.V. · Mai 2022



**Judo-Sportverein
Lippstadt e.V.**



Aikido

Defensiv geht es zu bei der Kampfkunst Aikido. Die Energien eines Angriffs neutralisieren und umlenken, nicht abrupt, sondern rund und fließend zu sein, ob mit oder ohne Waffen. Stärke aus innerer Mitte, defensiv und ressourcenschonend. Gewalt möglichst gewaltfrei zu beenden, das ist das Ziel. Aber auch entschlossene Selbstverteidigung gegen einen uneinsichtigen Aggressor, gehört in das Spektrum des Aikido.

Jugend/Erwachs.: Mo. 19:30-21:00 Uhr
Sporthalle der Hedwig-Schule
St.-Hedwig-Straße 24 · 59557 Lippstadt

Jugend/Erwachs.: Do. 20:00-21:45 Uhr
Zweifach-Halle des Schulsportzentrums
Torfweg 53 · 33397 Rietberg
Beim TuS Viktoria Rietberg 1910 e.V.

Info:
aikido@jsv-lippstadt.de



Tai-Chi

Grundlegende Übungsziele des Tai-Chi sind Gesunderhaltung und Meditation. Der Kampfkunst-Aspekt hat beim Tai-Chi eine untergeordnete Bedeutung, ist aber in manchen Bewegungen deutlich erkennbar geblieben. Tai-Chi ist in jedem Alter erlernbar und in kaum einer anderen Sportart sind so viele ältere Menschen aktiv.

Jugend/Erwachs.: Do. 18:00-20:00 Uhr
Alte Sporthalle des
Evangelischen Gymnasiums
Beckumer Straße 61 · 59555 Lippstadt

Info: 02941 658381
taichi@jsv-lippstadt.de



Ju-Jutsu

Ju-Jutsu ist die moderne Selbstverteidigung aus der Praxis für die Praxis. Neben den Grundelementen wie Bewegungsformen, Falltechniken, Abwehrtechniken, Schlägen, Tritten und Stößen sind ebenso Wurf- und Hebeltechniken der unterschiedlichsten Formen im Ju-Jutsu vertreten.

Kinder: Di. 17:00-18:15 Uhr
Jugend: Di. 18:15-19:30 Uhr
Kinder: Fr. 16:30-18:00 Uhr
Jugend: Fr. 18:00-19:30 Uhr
Erwachsene: Di. + Fr. 19:30-21:30 Uhr
Sporthalle der Hedwig-Schule
St.-Hedwig-Straße 24 · 59557 Lippstadt

Info:
jujutsu@jsv-lippstadt.de



Capoeira

Capoeira ist eine brasilianische Kampfkunst, deren Wurzeln bis nach Afrika zurückreichen. Wichtige Bestandteile neben dem Kampf in der Roda sind die Geschichte des Capoeira und die Musik.

Montags: Jugend/Erwachsene
01.04. bis 30.09.: 18:00-20:00 Uhr; Kinder: 17:00-18:00 Uhr
01.10. bis 31.03.: 17:15-18:30 Uhr; Kinder: 16:00-17:15 Uhr
Freitags: Kinder/Jugend/Erwachsene
01.03. bis 31.10.: 16:30-18:30 Uhr
01.11. bis 28.02.: 16:00-18:00 Uhr
Sporthalle der Schule im Grünen Winkel
Johannes-Westermann-Platz 8
59555 Lippstadt

Info: 0160 5098744
capoeira@jsv-lippstadt.de



Kickboxen

Kickboxen entstand aus der Verschmelzung verschiedener ostasiatischer Kampfstile mit der westlichen Kampfsportart Boxen. Es ist ein sportlicher, fairer Zweikampf nach strengen Regeln, wobei die Füße (Kicken) und Fäuste (Boxen) zum Kämpfen eingesetzt werden.

Jugend/Erwachs.: Mi. 19:00-21:00 Uhr
Wettkampfvorbereitung: Sa. 17:00-18:30 Uhr
Jugend/Erwachs.: So. 12:00-14:00 Uhr
Sporthalle der Hedwig-Schule
St.-Hedwig-Straße 24 · 59557 Lippstadt

Info:
kickboxen@jsv-lippstadt.de



Judo

„Der sanfte Weg“; die traditionelle Kampfsportart aus Japan hat ihren Weg in die Neuzeit gefunden. Die olympische Sportart stärkt den gesamten Körper. Die Judo-Werte entwickeln dazu Geist und Persönlichkeit.

Kinder/Jugend: Mo. + Do. 17:30-19:30 Uhr
Jugend/Erwachs.: Mo. + Do. 19:30-21:00 Uhr
Freies Training: So. 10:00-12:00 Uhr
Sporthalle der Hedwig-Schule
St.-Hedwig-Straße 24 · 59557 Lippstadt

Info:
judo@jsv-lippstadt.de

