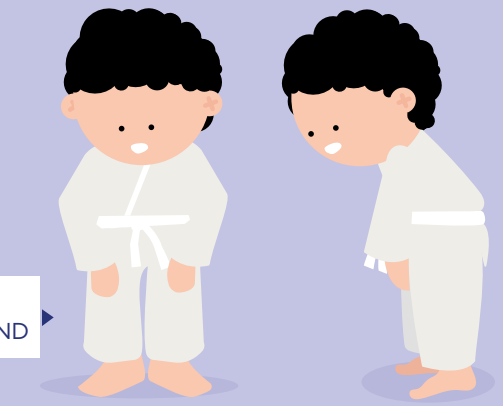
DE EERSTE STAPPEN OP DE MAT

DE GROET : RESPECT TONEN VOOR HET JUDO EN VOOR ELKAAR

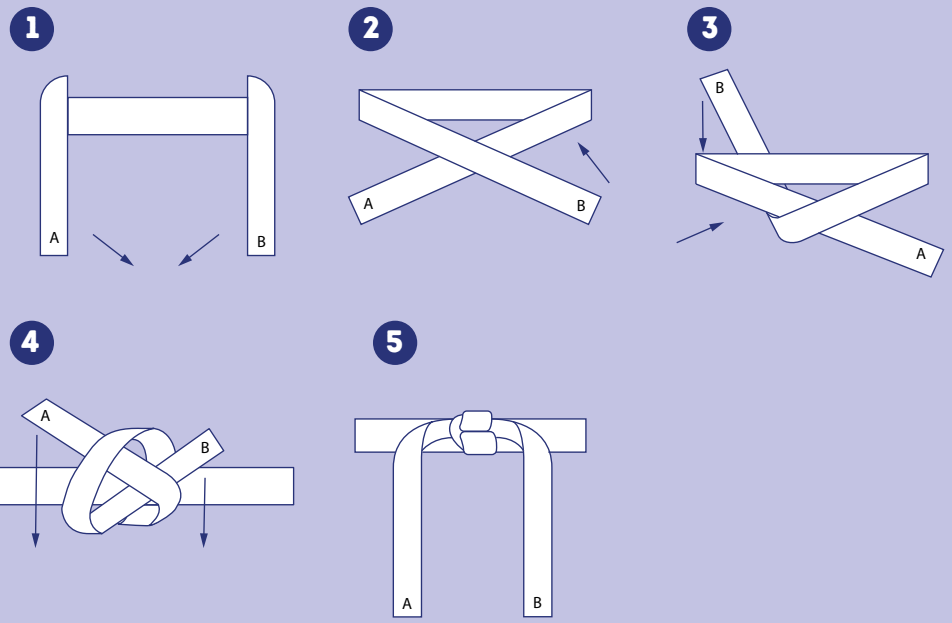
REI (GROETEN)
GEKNIELD EN UIT STAND



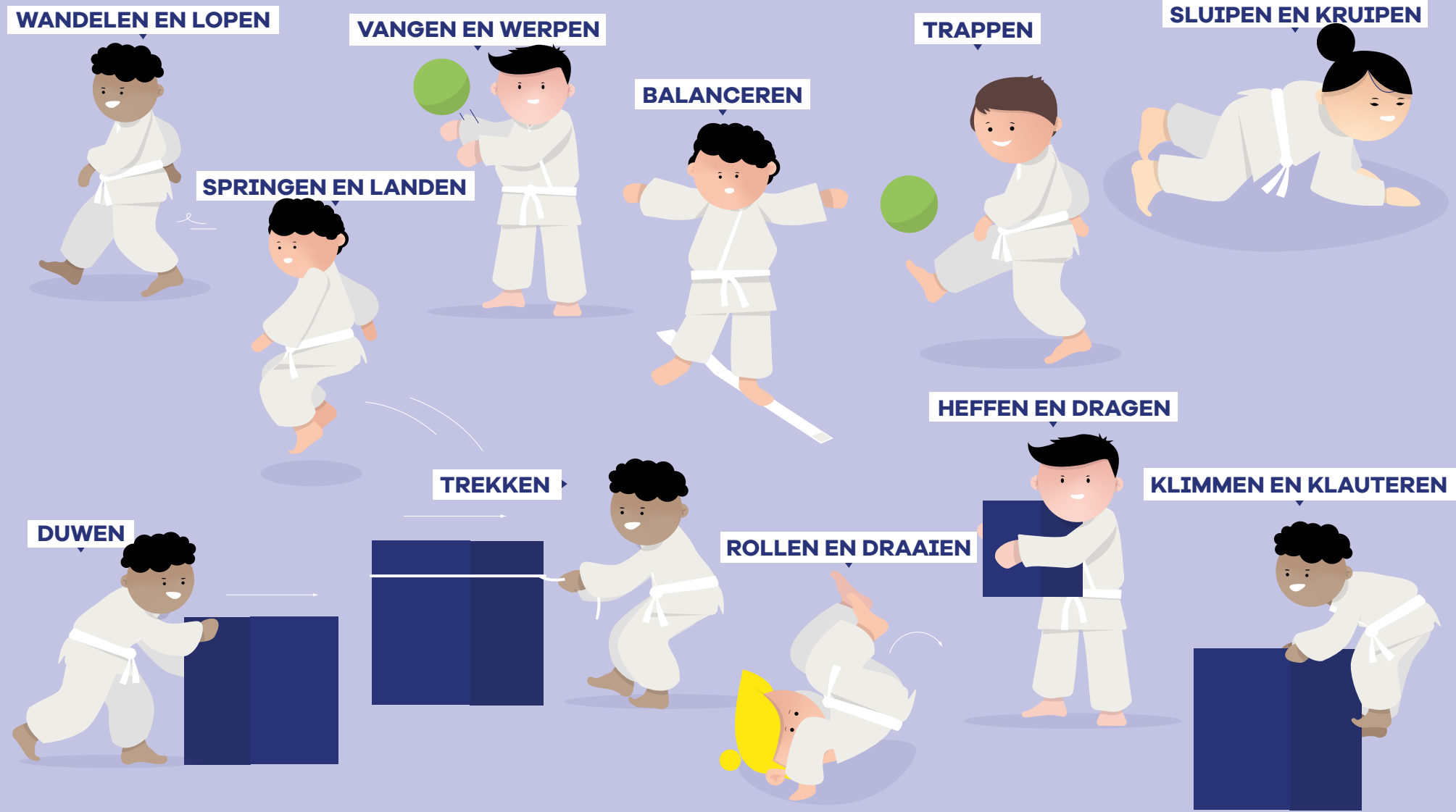


JE JUDOGI NETJES AANDOEN EN JE GORDEL JUIST KNOPEN.

OBI
GORDELKNOPEN



EERST GOED LEREN BEWEGEN



JUDO GROEI MODEL | JUDO Vlaanderen | SPORT. VLAANDEREN

EVALUATIE - EERST GOED LEREN BEWEGEN

NAAM

CLUB

WAT KAN IK AL GOED?

WAAR KAN IK NOG IN GROEIEN?

ADVIES TRAINER

EIGEN NOTITIES



OPMERKING: ZORG ERVOOR DAT JE REGELMATIG MET JE CLUBTRAINER PRAAT OVER JE VOORTGANG EN DOELEN VOOR DE VOLGENDE GRAAD. DIT IS EEN VOORBEELD VAN HOE JE JE VOORTGANG KAN BIJHOUDEN, VAN HOE JE JEZELF KAN ZIEN VERBETEREN EN STAPPEN DICHTER KAN ZETTEN NAAR EEN VOLGENDE GRAAD.

JUDO GROEI MODEL | JUDO Vlaanderen | SPORT. VLAANDEREN

MIJN NOTITIES - EERST GOED LEREN BEWEGEN

