

# Kampsport for de mindste

**TAEKWONDO:** Ballerup Taekwondo Klub oplever i øjeblikket stor tilgang af især børn - og de bliver yngre og yngre. I flere år har forældre efterspurgt hold for de allermindste fem-seks-syvårige, og nu er det lykkedes at finde plads til et sådant hold i klubens lokaler på Tapeten i Ballerup.

På det nye mikrohold, der starter 7. september klokken 17, vil børnene blive undervist i mange forskellige kampsportstilarter. Foruden en masse motoriktræning kommer de til at træne både taekwondo, wing tzuun og brasiliansk jiu-jitsu. På den måde får børnene et bredt fundament for deres videre udvikling.

»Med det nye koncept imødekommes ønskerne om at kunne starte i en tidlig alder samt delvist muligheden for at forældre og børn kan træne sammen. Forældrene skal nemlig være med til cirka 20 procent af træningerne for bedre at kunne tage del i børnenes træningsglæde og udvikling.« fortæller klubbens formand Claus D. Thomsen.

Hjælpetræner Sandra Ma-



**Nu kan børn helt ned til fem år gå til allround kampsport i Ballerup. Foto: Ballerup Taekwondo Klub**

lisc (16 år), som går i idrætsklasse på Hedegårdsskolen, har været med til at udvikle det nye børnekoncept. Sammen med hjælpetræner Jonas T. Larsen og chefræner Claus

Thomsen glæder hun sig til at undervise børnene.

Man kan læse mere på [www.balleruptaekwondo.dk](http://www.balleruptaekwondo.dk).

*mia*