

Münchner Taiso Training

Veranstalter: Bayerischer Judo-Verband e.V. – Bezirk München - Breitensport
Ausrichter: TSV Unterhaching 1910 e.V. – Judo Abteilung

Datum: 22.09.2026
19:30 bis 21:00 Uhr

Ort: Utzweg 1, 82008 Unterhaching

Teilnahmegebühr: keine

Meldung: Wenn möglich an Max Sindram (max.sindram@judo-net.de)
Kurzentschlossene werden natürlich nicht abgewiesen!

Trainer: Christoph Tewes

Taiso ist eine traditionelle japanische Bewegungsform, die seit vielen Jahren fest im Training japanischer Judoka verankert ist. Auch im Judo werden viele der Übungen schon lange genutzt.

Im Taiso geht es um die ganzheitliche Schulung von Körper und Geist. Beweglichkeit, Kraft, Koordination, Körperwahrnehmung und Atmung werden miteinander verbunden. Die Übungen können dabei an das eigene Leistungsniveau angepasst werden.

Wir laden alle Interessierten ab 14 Jahren zu einem offenen Taiso Training ein. Ob Judoka oder einfach neugierig auf eine andere Art, sich zu bewegen, spielt dabei keine Rolle.

Einfach vorbeikommen, mitmachen und Taiso kennenlernen.

Für den Veranstalter

Milko Falke und Max Sindram, Breitensport München

Für den Ausrichter

Andreas Hofreiter

Einverständniserklärung:

Mit der Teilnahme an dieser Veranstaltung des Bayerischen Judo-Verband e.V. erklären sich der Sportler bzw. seine Erziehungsberechtigten damit einverstanden, dass die im Zusammenhang mit der Teilnahme an der Veranstaltung gemachten Fotos, Filmaufnahmen und Interviews durch den Bayerischen Judo-Verband e.V. bzw. den Ausrichter in Internet, Rundfunk, Fernsehen und Printmedien ohne Anspruch auf Vergütung verbreitet und veröffentlicht werden. Der Teilnehmer erklärt sich außerdem mit der Veröffentlichung seines Namens und Vornamens, seines Vereins, seines Wohn-Landes und Wohn-Bundeslandes in allen veranstaltungsrelevanten Printmedien (Teilnehmerliste, Ergebnisliste, etc.) und in allen elektronischen Medien wie dem Internet und Medienkanälen des Bayerischen Judo-Verband e.V. einverstanden