

## **Judo Bond Nederland geeft 100.000 lessen gratis weg**

*Sportbond en aangesloten clubs zetten zich in om jeugd in beweging te houden*

Om juist in deze barre corona-tijden de jongste jeugd in beweging te krijgen stellen Judo Bond Nederland en zijn aangesloten clubs 100.000 gratis judolessen ter beschikking. Onder aanvoering van Olympisch kampioen en vader Mark Huizinga kunnen ouders vanaf vandaag op [www.gunjekindjudo.nl](http://www.gunjekindjudo.nl) een gratis proefles voor hun kind aanvragen. Door op te trekken met 600-clubs is er landelijke dekking. De actie is niet alleen de komende week geldig, maar voor heel 2021.

### **Schrikbarende cijfers**

De cijfers liegen er niet om. Het afgelopen half jaar is zowel het aantal bewegende kinderen als het aantal beweegmomenten met 35% drastisch afgenomen. Mark Huizinga zegt er het volgende over: "Als geen ander ken ik het belang van bewegen. Niet alleen voor topprestaties, maar ook om je als kind goed te ontwikkelen. Of je nou verlegen bent of niet weet wat je met je energie aan moet: judo helpt! Juist daarom schrik ik zo van deze slechte cijfers. We moeten nú zorgen dat ook deze generatie goed in beweging komt en dat ook blijft. Zodat ze er nu én later van profiteren."

### **Judo als basis voor een bewegvaardige generatie**

Veilig leren vallen en vooral ook opstaan; omgaan met fysiek contact en het ontwikkelen van motorische vaardigheden; het zijn kenmerken die onlosmakelijk verbonden zijn met de judosport. Ook kinderen die een andere sport gaan beoefenen ervaren veel profijt van de basisvaardigheden en de ontwikkeling van spierkracht die ze in het judo hebben opgedaan. Met het beschikbaar stellen van 100.000 proeflessen wil Judo Bond Nederland bijdragen aan een gezonde generatie.

### **Leren van ouders**

Via [www.gunjekindjudo.nl](http://www.gunjekindjudo.nl) zijn vier interviews te bekijken die Mark afnam met ouders van judoënde kinderen. "Dat ik geloof in de kracht van judo is met mijn topsport-achtergrond niet verrassend, maar in deze serie benader ik de sport als vader. Juist daarom ben ik in gesprek gegaan met jonge ouders die elke dag ervaren welke positieve effecten judo op hun kind heeft."

### **Makkelijk aan te vragen**

Op de website [www.gunjekindjudo.nl](http://www.gunjekindjudo.nl) is alle informatie te vinden en ontdek je welke judoclub in jouw buurt meedoet. De aanvraag is zo geregeld en je ontvangt ook direct het online judo-starterspakket. Vanzelfsprekend wordt er rekening gehouden met de corona-maatregelen en is de actie dit gehele kalenderjaar geldig.