Neue Jiu-Jitsu-Kurse beim TV Friedrichstal

Suchen Sie einen Ausgleich zu Ihrem Alltag? Dann sind Sie bei uns genau richtig!

Jiu-Jitsu ist eine von den japanischen Samurai stammende Kampfkunst der waffenlosen Selbstverteidigung. Jiu-Jitsu kann unabhängig vom Alter und Geschlecht trainiert werden und bietet ein breites Spektrum von Möglichkeiten zur Selbstverteidigung und, unter anderem durch Stärkung des Charakters und Selbstbewusstseins, auch zur friedlichen Lösung von Konflikten.

Die Techniken werden in fließenden Bewegungen ausgeführt, wobei Körper, Geist und Seele gleichermaßen einbezogen werden. Motorik und Koordination werden automatisch geschult.

Der Einstieg in das Jiu-Jitsu Training ist für Jugendliche und Erwachsene in jedem Alter geeignet.

Wir starten die neuen Kurse ab Mittwoch den 28. Januar 2015 über 6 Wochen.

Jiu-Jitsu Kids:	8-12 Jahre	17.00-18.00 Uhr
Jiu-Jitsu Teens:	ab 13 Jahre	20.00-21.30 Uhr
Jiu-Jitsu Erwachsene:		20.00-21.30 Uhr

Alle Kurse finden in der Vereinsturnhalle des TV Friedrichstal in der Hermann-Löns-Str. 2, 76297 Stutenee-Friedrichstal statt, eine Kursgebühr wird erhoben. Weitere Informationen und Anmeldung bei

Dagmar Schulmeister Telefon 0721 / 60 90 89 12 oder 0177 / 7 06 52 45

Neue Judo-Kurse beim TV Friedrichstal

Judo ist ein vielfältiger Sport. Wir bieten ab Mittwoch, den 28. Januar 2015 Einstiegs-Kurse für alle Altersgruppen an: Judo altersgemäß erlernen, soziales Verhalten, Koordinations- und Motorikschulung, Ängste abbauen, selbstbewusster werden und mit Spaß trainieren sind die Ziele des Kurses.

Judo Kids - spielerisch lernen	6-8 Jahre	17.15-18.15 Uhr
Judo für Kinder und Jugendliche	9-12 Jahre	18.00 bis 19.00 Uhr
Erwachsene		18.30 Uhr bis 20.00 Uhr

Die Kurse finden in der Vereinsturnhalle, des TV Friedrichstal, Hermann-Löns-Str. 2, 76297 Stutenee-Friedrichstal statt und gehen über 6 Wochen. Eine Kursgebühr wird erhoben. Anmeldung und weitere Information bei

Dagmar Schulmeister, Telefon: 0721 / 60 90 89 12 oder 0177 / 7 06 52 45

