

Vorankündigung

Selbstverteidigung im TSV Bahrdorf neuer Kurs ab Februar vo 5 ½ bis 8 Jahren

Der TSV Bahrdorf bietet wieder speziell für Neueinsteiger einen Ju-Jutsu Kurs an für Kinder im Alter von 5 ½ bis 8 Jahren.

Ju-Jutsu ist nicht nur die realistischste Art der Selbstverteidigung, sondern auch der richtige Weg für die eigene Selbstbehauptung und Selbstdisziplin. Die Kinder lernen sich spielerisch, situationsgerecht zu verhalten und erst wenn es nicht anders geht, sich mit einfachen, effektiven Techniken zu verteidigen. Neben dem Technikprogramm gehören die Schulung der Koordinationsfähigkeit und der konditionellen Fitness zu den Kursinhalten.

Ab Donnerstag, den 02. Februar 2012 in der Zeit von 17.30 Uhr bis 19.00 Uhr. findet der Kurs in der Alten Turnhalle in Bahrdorf statt.

Die vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich. Einfach mit lockeren Sportsachen (Jogginghose und T-Shirt genügt) zu uns gucken kommen und begeistern lassen, es lohnt sich !!

Nähere Infos erhaltet Ihr von Frank Lambrecht unter den Telefon-Nummern: 0172 / 4342699 oder 05364/9677761

www.ju-jutsu-bahrdorf.de

-Ende-