



UNSERE NEUE SEKTION JIU-JITSU DIE SANFTE KUNST

Wäre es nicht beruhigend zu wissen, dass Sie oder Ihr Kind Techniken kennen, um sich selbst vor Angriffen zu schützen? Sogar wenn der Gegner größer oder stärker ist?

JIU-JITSU nutzt solche Techniken. Mit Köpfchen wird die Kraft des Gegners genutzt, um sich zu verteidigen. Der ganze Körper wird trainiert und das Selbstbewusstsein gesteigert. Melden Sie sich oder Ihr Kind an und kommen Sie zum Probetraining! Jeder ist herzlich willkommen!

3 - 6 JAHRE
Samstags 08:30 – 09:15 Uhr Kleine Sporthalle

7 - 13 JAHRE
Samstags 09:30 – 10:30 Uhr Kleine Sporthalle

AB 14 JAHREN
Samstags 10:45 – 12:00 Uhr Kleine Sporthalle

HINWEIS: Wir legen großen Wert auf Teamfähigkeit, Achtung und gegenseitigen Respekt – vor allem den Kleinsten gegenüber.



Mehr erfahren und unsere Internetseite besuchen? Nutzen Sie den QR-Code

