Ju-Jutsu Schnupperkurs in Bad Pyrmont

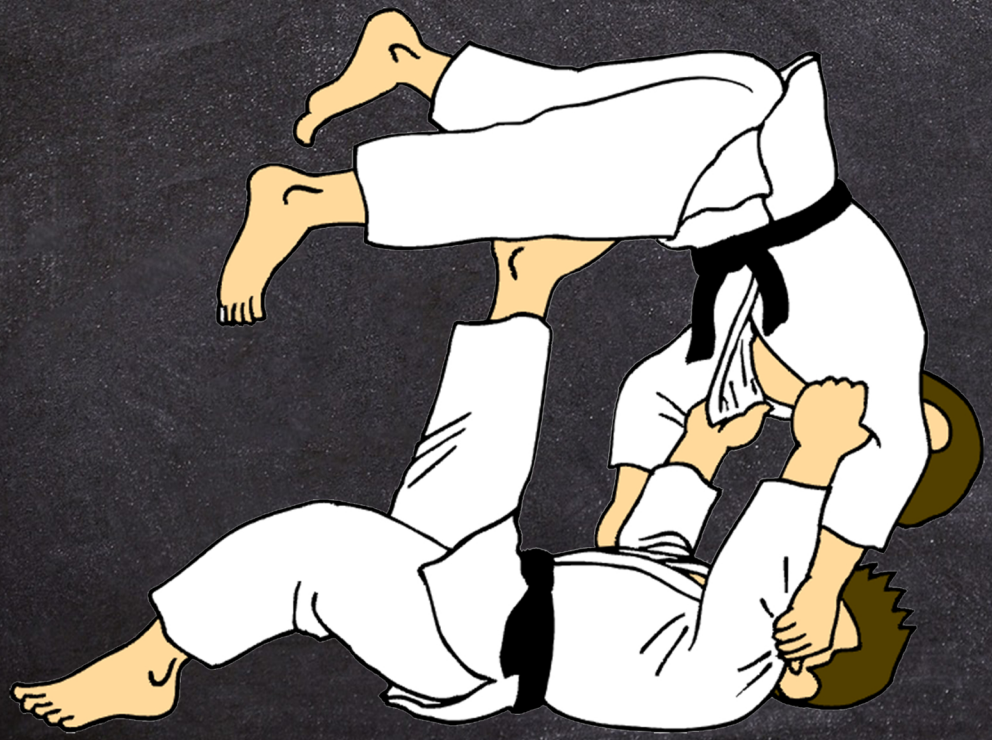
04.03.2019 bis 28.03.2019

MTV 1861 BAD PYRMONT

Im Zeitraum vom 04.03.2019 bis 28.03.2019 findet in Bad Pyrmont ein weiterer Kurs für Einsteiger in diese Sportart statt.

Im Rahmen dieses Einsteigerkurses lernst du einfache, aber hochwirksame Techniken zur Selbstverteidigung kennen.

Unser Einsteigerkurs ist für jeden geeignet, egal ob Mann oder Frau, klein oder groß, jung oder alt.
(Mindestalter 10 Jahre)



Unter fachmännischer Leitung erlernst du Grundkenntnisse:
- zum Verhalten in Bedrohungssituationen
- effektiver Selbstverteidigungstechniken

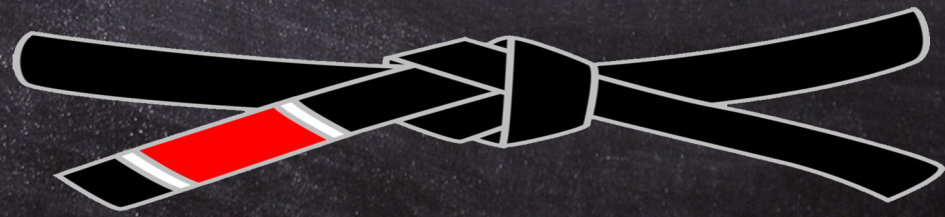
Im Zeitraum vom 14.03.2019 bis 28.03.2019 stehen dir montags von 18.45 – 20.30 Uhr, sowie donnerstags von 19.15 – 21.00 Uhr fachkundige Trainer und Trainingspartner zur Verfügung.

Das Training findet in der Sporthalle an der Musikschule, Humboldtstraße, 31812 Bad Pyrmont statt.

Trainingshose und Sport T-Shirt reichen aus, um am Training teilzunehmen.

Wenn du Interesse hast, melde dich bitte bis zum 03.03.2019 bei Thomas Wittrock unter der Mail Adresse
twittrocknt@netscape.net an.

Die Teilnahme an dem gesamten Kurs kostet € 15,--
Für Kunden der Stadtsparkasse Bad Pyrmont € 10,--
Für Mitglieder des MTV ist der Kurs kostenfrei.

Wir freuen uns auf dich.

Die Sportler der Ju-Jutsu-Abteilung des MTV