



Judo

Anfängerkurs

auf dem Weg
großer japanischer Meister



**Sport mit Kultur und hohem Freizeitwert beim
TV Vaihingen/Enz, Abteilung Judo**



Beginn: Mi, den 27. Sep. 2017
Uhrzeit: 19:45 – 21:15 Uhr
Ort: Stadthalle Vaihingen/Enz,
Turnraum UG, Eingang hinten
Teilnehmer: ab 16 Jahre
Dauer: 20 Einheiten

Euch erwartet ein faszinierendes Training mit Sportspaß in einer tollen Atmosphäre.

- Anfänger lernen, wie sie...
 - ihre körperlichen Fähigkeiten effektiv ausbauen,
 - ihre Disziplin und Selbstbeherrschung verbessern,
 - faszinierende Judo-Techniken in sanften Formen ausüben,
 - Judo vom Freizeitspaß bis zum Wettkampf betreiben können.
- Fortgeschrittene erfahren...
 - die wohlthuende Bewegung und den Stressabbau des Judosports
 - japanische Kampfkünste zur Beherrschung von Körper und Geist.
 - eine Verstärkung unserer Mannschaft,
 - den Wiedereinstieg als aktiver Judoka
 - das Erlebnis von Spasport, Kultur, Graduierung bis zum Wettkampf.



Trainer: **Bruno Binder** 2. DAN Judo
Mobil: 0151 275 445 60
Frank Frederik Schikora 1. DAN Judo

Homepage: <http://vaihingen-judo.de>