

Judo – Selbstverteidigungskurs

für alle Junggebliebenen

von 16 – 66 Jahren



ab Montag, den 18. Juni 2018

findet im Monat **Juni / Juli** ein „Judo - Selbstverteidigungskurs“ statt.

Ziele:

- körperliche Fitness
- Selbstvertrauen
- Falltechniken für den täglichen Unfall
- Grundtechniken

Die Judokas der Judoabteilung SK Stuttgart haben Lust mit viel Spaß und sportlichem Geist die Ziele mit Euch zu erreichen.

Seminarort:

**Stuttgart Wangen
Kesselstr. 30
70327 Stuttgart
Halle oben**

Wann:

**ab Montag 18. Juni 2018 (25.06./02.07./09.07.)
ab 19:45 Uhr – 21:30 Uhr**

Mitzubringen:

lange Trainingshose, T-Shirt, Flip-Flops, Duschsachen und ein Getränk

Kosten:

Euro 30,-

Es gelten die Teilnahmebedingungen der SportKultur Stuttgart e.V.

Anmeldung per E-Mail:

judo@sportkultur-stuttgart.de
graf@hug-beratung.de

oder per Telefon:

Martin Graf: 0172 / 3030958
Thilo Stephan: 0160 / 5548817