

1. Ju-Jutsu Club Hanau-Steinheim

eine Abteilung des TFC-Steinheim e.V.

Ju-Jutsu Einsteiger Kurs

- Wann:** Di. 10.01.12 bis Di. 27.03.12 jeweils von 20.00 Uhr bis 21.45 Uhr
Wo: Doorner-Halle (Kleine Halle, Eingang Eppsteinschule)
Doorner Str. 49, 63456 Hanau-Steinheim
Kosten: 75,00 Euro für einen elfwöchigen Kurs
Die Gebühr wird am zweiten Abend in bar erhoben
Inhalt: Aufbauende Kräftigungs-, Dehn- und Zweckgymnastik
Selbstverteidigungstraining mit wirkungsvollen Abwehrtechniken
gegen die häufigsten Angriffsarten

Ju-Jutsu Spezial Kurs: SV für Frauen

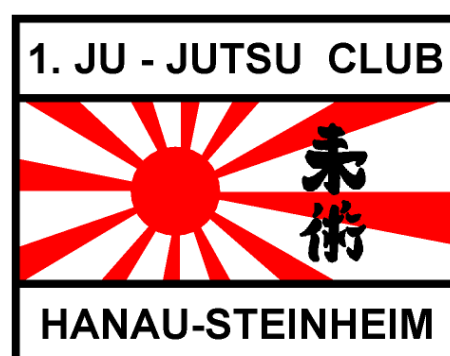
- Wann:** Samstag 31.03.2012 von 13.00 Uhr bis 17.00 Uhr
Wo: TFC Halle, Karlstr. 55, 63456 Hanau-Steinheim
Kosten: 20,00 Euro für einen vierstündigen Kurs
Inhalt: Selbstverteidigungstraining mit wirkungsvollen Abwehrtechniken
gegen die häufigsten Angriffsarten auf Mädchen und Frauen
Schulung von Selbstbewusstsein und Selbstbehauptung
Hinweis: Das Training findet in bequemer Sportkleidung barfuß auf einer
Mattenfläche statt.
Infos: www.tfc-steinheim.de/jujutsu

Anmeldung:

TFC-Steinheim e.V.,
Karlstr. 55, 63456 Hanau

☎: Hans-Jürgen Berg (2.DAN-JJ)
0173 / 66 20 323

E-Mail: jujutsu@tfc-steinheim.de



Mit Sicherheit Lebensgefühl

Mitglied im Deutschen
Ju-Jutsu-Verband



Wir sind die Selbstverteidigungs-Spezialisten seit 1971!