



„Probetraining Jiu Jitsu beim TSV Amshausen“

Was erwartet mich?

Einen Einblick in eine moderne Kampfkunst, die viele viele Aspekte von der Selbstverteidigung bis zum sportlichen Ganzkörper-Workout bietet... und das mit Spaß und netten Menschen.

Wann kann ich teilnehmen?

... grundsätzlich zu jeder unserer Trainingszeiten. Wir empfehlen allerdings:

- ⇒ ab ca. 8Jahre die Einheit am Dienstag von 17:15 bis 18:45
- ⇒ ab ca. 16Jahre die Einheit am Montag von 20:00 bis 21:30
- ⇒ Auf jeden Fall - Pünktlich sein!

Mitzubringen sind ...

feste lange Sportsachen oder wenn vorhanden ein Budo-Gi; Schuhe brauchst Du nicht

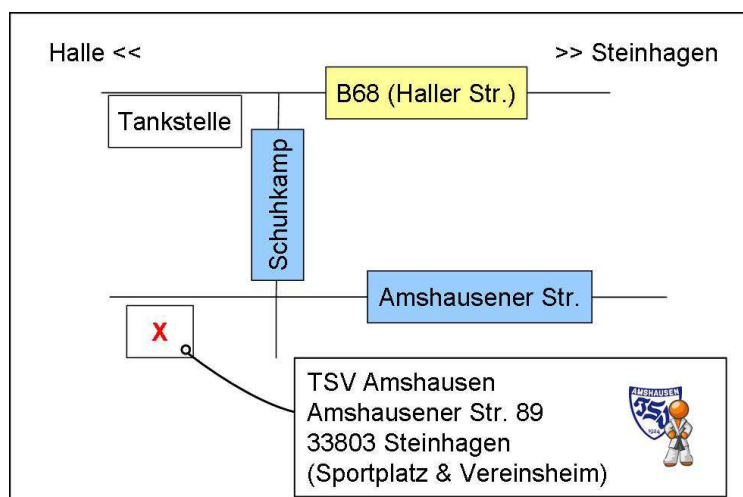
Wenn ich noch Fragen habe...

... wendest Du dich am Besten an:

Heiko Stockbrügge; Tel.: 05201 / 669085

Wo findet das Training statt?

Unser Trainingsraum befindet sich in Steinhagen/Amshausen auf dem Sportplatz des TSV Amshausen - genauer gesagt trainieren wir im 1.Stock des Vereinsheims.



... natürlich ist das Probetraining **kostenlos und unverbindlich**...

Wir freuen uns auf Dich!