

Nieuw vanaf dit jaar

Initiatielessen voor volwassenen

Wil je graag eens proberen of Ju Jitsu iets voor jou is?
Heb je al lang zin om eens mee te doen, maar durf je niet?
Vind je het misschien te moeilijk?
Zin om een nieuwe sport uit te proberen?

Dan zijn deze lessen zeker iets voor jou.

De lessen zijn een kennismaking met Ju Jitsu, op maat van beginners.
Iedereen kan meedoen ongeacht de leeftijd, beperkingen,... zowel voor vrouwen als mannen

wanneer: zaterdag 1, 8, 15, 22 en 29 oktober
telkens van 15u tot 16u30

waar: Sporthal De Rode Loop
Rodeloopstraat 2
2170 Merksem

hoe: Neem sportieve kledij mee.
Er zijn kleedkamers en douches.

prijs: gratis

Heb je na de lessen goesting gekregen om verder te trainen, dan kan dit tijdens de trainingen van de volwassenen.

Meer info kan je bekomen bij onze trainers of op onze website.

www.vlaamsejutsokavzw.be

Ju Jitsu
zelfverdediging in een familiale sfeer