



Wir laden ein zum **Schnupperkurs** **Goshin-Jitsu**

**für Kinder ab 6 Jahren,
Jugendliche und Erwachsene**
am Samstag, 15. Juni 2019
von 13.30 - 16.00 Uhr



Die Teilnahme ist kostenfrei!

Goshin-Jitsu ist moderne, **waffenlose Selbstverteidigung**. Gerade in der heutigen Zeit suchen viele Bürger nach Möglichkeiten sich gegen Zudringlichkeiten, Angriffe oder sogar Überfälle herzhafte zur Wehr zu setzen. Dazu muß man neben Kampftechniken das nötige Selbstvertrauen aufbauen. Vor allem Mädchen, Frauen und ältere Mitbürger sind betroffen. Man sollte sich verteidigen können, unabhängig vom Alter.

Trainer: Gerd Hövel (7. DAN), Tel. 0171 / 4107635



Natürlich besteht die Möglichkeit jederzeit an kostenlosen **Schnupperstunden** teilzunehmen. Einfache Sportkleidung (Trainingsanzug) genügt dazu.

Das reguläre Training findet freitags von 18.30-20.00 Uhr statt.