



SHINKI DOJO Waldbach



Judo im Alter

.....nicht nur etwas für Wiedereinsteiger
.....Wer traut sich zu uns auf die Matte ?

Der TSV Waldbach bietet ein

Judo-Training für erwachsene Anfänger und Wiedereinsteiger

an.

Judo stellt eine breite Palette an Betätigungs- und Bewegungsmöglichkeiten zur Verfügung, bei denen insbesondere

- die gesundheitlichen Aspekte und
- die körperliche Aktivität im Vordergrund stehen.

Dabei ist es nicht wichtig, in welchem Alter man mit dem Judosport beginnt. Man kann ihn entsprechend seinen Bedürfnissen angepasst auch noch bis ins hohe Alter ausüben und etwas für seine Fitness tun.

Trainingszeit

Donnerstags 19:00 Uhr bis 20:00 Uhr

in der Mehrzweckhalle Waldbach, Bleichwiesenweg 4

Falls Sie noch Fragen haben, wenden Sie sich bitte an :

Joachim Kollmar Tel. 0171 / 6280584

Natürlich gerne auch per E-mail unter: j.kollmar@gmx.net

Einfach mit normalem Sportzeug zu einer Trainingseinheit vorbeikommen und mitmachen.

Wir freuen uns auf Euch!