



Hildener Allgemeine Turnerschaft von 1864 e. V.

Feriensport 2012 - Selbstverteidigung & Ju-Jutsu

09.07.2012 bis 20.08.2012 - jeden Montag und Freitag - 17⁴⁵ bis 19⁰⁰ Uhr



Neue Turnhalle am Holterhöfchen

Alter: 7 - 14 Jahre

Nur 25 € für 6 Wochen!

柔術

Es werden einfache Abwehrtechniken eingeübt, z. B.:

Schwitzkasten im Stand und am Boden, Körperumklammerung von vorn und hinten, Griff in die Haare, Handgelenk fassen etc.

Das Selbstbewusstsein der Kinder wird sich sichtbar vergrößern.

Anmeldung und Kontakt unter:

J. Dekorsi 4. DAN Ju-Jutsu
Tel. 02103/33 26 86
Fax 02103/33 26 89
Mobil 0178/51 91 62 6

Hildener Allgemeine Turnerschaft von 1864 e. V.
Am Holterhöfchen 22-24 - 40724 Hilden
Tel. 02103/29 59 100
Fax 02103/29 59 109

Bitte den Teilnahmebetrag bis zum 29.06.2012 auf folgendes Konto überweisen:

Kontodaten: Sparkasse HRV, BLZ 33450000, Konto-Nr.: 34308114