

After Work Judo

(Wieder-)Einsteigerkurs für Erwachsene

Stress abbauen, fit werden, Spaß haben – nach der Arbeit gemeinsam Judo lernen



Erwachsene
kein Vorwissen nötig – alle sind
willkommen

ab 10.09.2024

immer dienstags, 19 – 20:30 Uhr

zunächst bis einschl. 05.11.2024

die Gruppe entscheidet dann, wie es weitergeht



neue Turnhalle des Gymnasiums Geretsried
Adalbert-Stifter-Straße 18
Navigation: Jahnstraße 2, Parkplatzzufahrt
rechts neben dem Gebäude

bequeme Sportkleidung, o. Metall/Plastik

Badelatschen

Wasserflasche

optional: Judoanzug



- richtiges Fallen lernen
- Kraft & Ausdauer verbessern
- Spaß in der Gruppe
- bester Einsatz von Körper und Geist

3-mal unverbindlich ausprobieren

danach Vereins-Mitgliedschaft beim JVAM:

33€ Aufnahmegebühr, 10€ Monatsbeitrag

bei jährlicher Zahlung



Info und Anmeldung
afterworkjudo@ivam.de



JETZT ANMELDEN!



JVAM.JUDO