

Moderne Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen

Auf Grund des erhöhten Bedarfs in der letzten Zeit, veranstaltet der SV Wettstetten ein Training nur für Frauen und Mädchen.

In dem Training wird besonders Selbstvertrauen und Selbstbehauptung erworben, Techniken sowie Schnelligkeit und Schnelligkeit und Körperbeherrschung vermittelt, die einen effektiven Schutz vor Angriffe jeder Art erlauben.

Das Training findet ab 1.03.2016,

Dienstags von 16:00 bis 17:30 Uhr in der Zweifachhalle am Sportplatz
und

Samstags von 15:00 bis 16:30 Uhr in der Schulturnhalle statt.

Anmeldungen beim Trainer unter 08456/9851741,

selbstverteidigungffb@yahoo.de

oder

kontakt@judo-wettstetten.de

