

Ju-Jutsu für Jugendliche und Erwachsene

Ab dem 12. Februar beim SSV Wachtberg

Wachtberg. Der SSV Wachtberg 1975 bietet ab dem 12. Februar jeden Donnerstag um 19 Uhr einen Ju-Jutsu-Kurs für Jugendliche im Alter von zwölf bis 18 Jahren und um 20.30 Uhr einen Kurs für Erwachsene an. Beide Kurse laufen über 90 Minuten. Ju-Jutsu ist die

moderne Selbstverteidigung aus der Praxis für die Praxis. Sie ist leicht erlernbar, vielseitig anwendbar und äußerst effektiv. Neben den offensichtlichen Vorteilen für die körperliche Fitness hat Ju-Jutsu auch einen positiven Einfluss auf den Selbstwert des Übenden.

Informationen über alle Kurse des SSV Wachtberg 1975 und die weiteren Angebote des Vereins erhalten Interessierte über die Homepage www.ssv-wachtberg.de, per Telefon unter (0 22 25) 7 03 94 47 oder per e-Mail unter info@ssv-wachtberg.de.