

KURSANGEBOTE (2. Halbjahr 2020)



Tag	Zeit	Teilnehmer	Kurs Nr.	Kosten	Dauer	Probe-training
<u>Judo-Schnupperkurse</u>						
Mo	17.15 - 18.15	Mädchen 7 - 13 Jahre	Ju1/2/20	35,- Mitglieder/ 40,- Gäste	10 Termine	
Di	16.15 - 17.00	6 - 10 Jahre	Ju2/2/20	35,- Mitglieder/ 40,- Gäste	10 Termine	
Di	17.15 - 18.00	8 - 13 Jahre	Ju3/2/20	35,- Mitglieder/ 40,- Gäste	10 Termine	
Fr	16.00 - 17.00	6 - 14 Jahre	Ju4/2/20	35,- Mitglieder/ 40,- Gäste	10 Termine	
<u>Jiu Jitsu / Selbstverteidigung</u>						
Mo	15.15 - 16.00	Senioren Ü60	SV1/2/20	15,- Mitglieder/ 25,- Gäste	5 Termine	
Do	20.30 - 22.00	Selbstverteidigung Ü16	SV2/2/20	60,- Mitglieder/ 70,- Gäste	10 Termine	
<u>Konditionstraining mit Kampfsportelementen</u>						
Di	20.00 - 21.30	Ü16	SV/3/20	50,- Mitglieder/ 60,- Gäste	10 Termine	
<u>Outdoor Selbstverteidigung</u>						
Fr	21.00 - 22.15	Ü21	SV/4/20	40,- Mitglieder/ 50,- Gäste	5 Termine	

Alle Angebote* finden in unserem Sportzentrum in der Berckstraße 87 statt.

Anmeldungen erfolgen bitte per Mail an: svenantonik.hb@gmx.de

*ausgenommen der Kurs „Outdoor Selbstverteidigung“. Für diesen Kurs werden individuell Orte im Freien ausgewählt und durch den Kursleiter bekannt gegeben.