

# JUDO

# ANFÄNGERKURS

## Kampfsport und Selbstverteidigung



**KURSORT**

**Turnsaal der VS Prambachkirchen**

**KURSDAUER**

**2. Oktober 2019 (8 Einheiten)**

**KURSZEITEN**

**jeweils Mittwoch, 17.30 bis 19.00 Uhr**

**KURS GEBÜHR**

**€ 50,--**

Kinder ab dem 6. Lebensjahr → in allen Gewichtsklassen

### JUDO FÖRDERT

Koordination  
Gleichgewicht  
Konzentration  
Schnelligkeit  
Kraft  
Ausdauer



### JUDO BEDEUTET

Freundschaft  
Ehrlichkeit  
Hilfsbereitschaft  
Selbstbeherrschung  
Respekt  
Mut

**Mitzubringen:** Langärmelige leichte Bekleidung, Trinkflasche

Trainer: Günther Brandtner (0664/3330945)

Wenn du mehr über unseren Verein erfahren möchtest –  
schau doch rein unter [www.jzrapso.at](http://www.jzrapso.at) oder



**ASVÖ**  
OBERÖSTERREICH

