

Selbstverteidigungstraining nach den Sommerferien

Die Kampfsportschule Nordhausen e. V. beginnt mit dem Training.

Die Trainingsstätte in Nordhausen ist der Lohmarkt 2.

Ju-Jutsu (Kunst der modernen Selbstverteidigung)

Kinder von 4 bis 6 Jahren (Kindergarten): Mittwoch von 15:15 bis 16:30 Uhr
Kinder 7 bis 11 Jahre: Mittwoch und Freitag 17:00 bis 19:00 Uhr
Jugend 12 bis 17 Jahre: Mittwoch und Freitag 18:00 bis 19:30 Uhr
Männer und Frauen: Montag und Donnerstag 19:30 bis 21:00 Uhr
Freitag 18:30 bis 20:00 Uhr

Frauen Selbstverteidigung (Kunst der realistischen Selbstverteidigung)

Mittwoch von 19:30 bis 21:00 Uhr

Sanda (Freefight)

Erwachsene Dienstag 19:30 bis 21:00 Uhr
Donnerstag 18:00 bis 19:30 Uhr

Ju-Jutsu in Bleicherode (Georgenberghalle):

Montag und Donnerstag für alle Altersklassen ab 17:30 bis 19:00 Uhr.

Für alle interessierten Teilnehmer bieten wir 14 Tage kostenloses Probetraining an.

Wir feiern dieses Jahr unser 6-jähriges Bestehen und im September 2010 ist ein Tag der offenen Tür geplant!

Die lizenzierten Trainer freuen sich auf Ihr/euer Interesse.

Wer genauere Angaben über Ort und Zeit wissen möchte, kann sich über unsere Homepage:
www.budoschule.de oder Telefon: 03631 408045 informieren.

Thomas Köhler
-Vorsitzender-