



AIKIDO



JU-JITSU



JUDO



JU-JITSU



Familien in Bewegung Familien raufen (sich) zusammen

im TuS Nortorf

Ringen & Raufen, Judo & Selbstverteidigung
für jung und alt (Einzelpersonen, Freunde, Familien)

Sport und Fitness für alle in der Schulturnhalle, Jahnstraße, Nortorf
Kostenlose Termine 2020 für alle Nortorfer:

1 + 2	Auftaktveranstaltung Samstag	04.04. 10:00-13:00 Uhr Ferienveranstaltung
3 + 4	Samstag	30.05. 10:00-13:00 Uhr Pfingstveranstaltung
5 + 6	Montag	29.06. 15-18 Uhr Ferienauftakt
7 + 8	Samstag	18.07. 14:00-17:00 Uhr Ferienveranstaltung
9 + 10	Großes Finale Samstag	25.07. 14:00-17:00 Uhr Ferienveranstaltung

*Änderungen vorbehalten

Einfach für einen oder mehrere Termine anmelden, bequemes Sportzeug anziehen und mitmachen ! Kostenlos ! Vereinszugehörigkeit nicht nötig !

Trainer / Übungsleiter/ Ansprechpartner: Silke Rühl , 5. Dan Judo

Anmeldungen (jeweils bis 5 Tage vorher) an silkeruehl@freenet.de oder Fax : 0431 577392
Infos unter www.judo-und-mehr.jimdo.com

