

Nippon girls und family 2020 in Nortorf



- 1.) Sa 04. April 10:00-13:00 Uhr family
- 2.) Sa 30. Mai 10:00-13:00 Uhr girls
- 3.) Sa 18. Juli 14:00-17:00 Uhr girls
- 4.) Sa 25. Juli 14:00-17:00 Uhr family

Judo Wettkampftechniken im Stand und Boden, Ringen & Raufen, Judo-Selbstverteidigung, Fitness und Spiele mit Pezziball, Tae Bo, Abenteuerspiele, Akrobatik, Kick Boxen, Pilates, asiatische Kampfkünste, u.v.m.

Jede Menge Spaß und Überraschungen !!!

Teilnehmer alle interessierten weiblichen Budoka und Nichtbudoka (girls)
alle interessierten Personen (family)

Ort 24589 Nortorf, Jahnstraße 2-6, Turnhalle der Grundschule

Leitung Silke Rühl , 5.Dan Judo silkeruehl@freenet.de Tel/Fax 0431-577392

Anmeldung an o.g. Email oder Fax.Name, Alter, Kyu, Verein.
Meldeschluss 1 Woche vorher.

Kosten 10,- € , vor Ort zu bezahlen.

Infos/Hinweise **Facebook Silke Aus Kiel** www.Judo-und-mehr.jimdo.com
Nippon family findet am 4. April statt.
Siehe gesonderte Ausschreibung.

*Änderungen vorbehalten.