



Judo für Erwachsene – Anfänger und Fortgeschrittene

Die DJK Eppelheim bietet **Judo-Training für erwachsene Anfänger** an.

Klingt schlimmer als es ist!

Wir sind eine tolle Truppe und wollen uns vor allem fit halten.
Im Vordergrund stehen Fallübungen, Stabilisationstraining sowie
Ausdauer.
Und das mit viel Spaß!



Das Training findet
Mittwochs 20.00 Uhr – 21.30 Uhr
Freitags 18.00 Uhr bis 19.30 Uhr

in der Judohalle der DJK Eppelheim statt.

Bei Fragen könnt ihr Euch bei Sandra Stöhr (Tel. 874 954) oder
Karin Mollet (Tel. 76 77 14) melden.

Natürlich gerne auch per E-Mail an

<mailto:mailbox@djk-judo-eppelheim.de>

Einfach mit normalem Sportzeug zu einer Trainingseinheit vorbeikommen
und mitmachen.

Wir freuen uns auf Euch!