



Betreft: **START 2 JUDO**

Datum activiteit: 21 april, 28 april, 5 mei, 12 mei & 26 mei telkens van 20u00 - 21u00

Kostprijs: € 15,00. In te schrijven via sportdienst Lochristi vanaf 8 maart 8u30.

Doelgroep: iedereen geboren tussen 1953 & 2009

Vanaf april geven wij vijf **START 2 JUDO** lessen. Vijf vrijdagavonden waar je kunt kennismaken met de judo-sport. We leren je in deze cursus hoe te vallen, basis worpen en houdgrepen ... kortom een snelcursus judo.

Je kunt er werken aan jouw fysiek en reactiesnelheid, dit alles op een leuke wijze.

Je maakt er eveneens kennis met de sfeer in de club en tijdens de laatste les geven wij je de kans tot het behalen van de gele gordel.

Start to Judo is zowel geschikt voor mannen als voor vrouwen en zal worden gegeven door VTS-BLOSO gediplomeerde trainers.

Wij organiseren deze Start to Judo in samenwerking met de sportdienst van Lochristi, deelname is € 15,00. Inschrijven kan via de website van sportdienst Lochristi via deze link na aanmelden.

Interesse in de judosport? Schrijf je dan snel in, plaatsen zijn beperkt.

Met sportieve groeten,

Erik Van Isacker

Correspondentie

Erik Van Isacker
Kaaswinkeldreef 4
9160 Lokeren

Contract

M: 0494 98 66 31
E: info@judo-lochristi.be
W: www.judo-lochristi.be

Dojo

Budozaal sporthal 't Veerleveld
Kan. P. J. Triestlaan 1
9080 Lochristi