

Viby Jujitsu

HVAD ER JUJITSU?

Jujitsu er en japansk form for selvforsvar. Jujitsu handler ikke om råstyrke, men primært om at bryde modstanderens balance.

ALLE KAN VÆRE MED

Jujitsu kan dyrkes af alle fra 9-99 år og af begge køn. Alle er velkommen, så uanset om du har prøvet det før eller ikke, så kom og vær med – det er gratis at prøve de første gange!

Allerede efter kort tid vil man være i stand til at kunne forsvare sig mod "normale" trusler, såsom almen trussel, fuldmandsoverfald og ved ubehagssituationer.

Efter bare få års træning er man i stand til at forsvare sig mod næsten alle overfald, bevæbnet og ubevæbnet. På trods af en fast træning og en vis disciplin er der altid en behagelig og kammeratlig atmosfære i klubben.

HVOR OG HVORNÅR

Jujitsu-afdelingen er opdelt i to grupper:

Vi har et børnehold, fra ca. 9 til 14 år, som træner onsdag fra 17.45 til 19.15.

Vores voksenhold, fra 14 år og opefter, træner mandag fra 19.15 til 21.30.

Vi træner i Viby Idrætscenter (hal 2), og vi begynder sæsonen i september og slutter i juni året efter. Der er ikke træning i skolernes ferie, eller hvis hal-len er optaget.



MERE END BARE SELVFORSVAR

Foruden at lære selvforsvar, giver træningen god motion, og i klubben lægger vi også vægt på et godt socialt samvær. Men kom selv og se...

VIL DU VIDE MERE?

Du finder alle de praktiske oplysninger på hjemmesiden: www.vibyif-jujitsu.dk



Hårølog **En anderledes frisør**

Salon
Winnie

Kløvervej 14 . Viby Sj
v/Winnie Thomsen
46 19 37 37

AUTORISERET
**HÅRØLOGI
SALON**
-naturligvis!

Kloakmester
Søren Grøn & Søn Aps

Udmarksvej 13, Trulstrup
4130 Viby Sjælland
cvr nr. 60390517
4030 5576
4636 5576
groen@kgos.dk
www.kgos.dk