



# Viby JuJitsu

Med mindre du ikke vil have det sjovt, samtidig med du får motion, så er der ingen undskyldning for ikke at gå til jujitsu! Alle er velkommen i Viby Jujitsu, så uanset om du har prøvet det før eller ikke, så kom og vær med!

Jujitsu er en japansk form for selvforsvar. Jujitsu handler ikke om råstyrke, men primært om at bryde modstanderens balance. Jujitsu kan derfor dyrkes af alle fra 9-99 år og af begge køn.

Jujitsu-afdelingen er opdelt i to grupper:

- Børnehold består af udøvere fra ca. 9 til 14 år og træningen foregår onsdage fra 17.45 til 19.15.
- Voksenhold er beregnet for deltagere fra 14 år og opefter og træningen foregår mandage fra 19.15 til 21.00. Der kan tillige trænes onsdage mens børneholdet træner.

Vi træner på Peder Syv Skolen (den store gymnastiksal), og vi starter mandag den 20. august 2007 og fortsætter helt frem til medio 2008. Der er ikke træning, når skolerne holder lukket.

Kontaktpersoner:

- Formand, Ole Larsen, tlf. 46 19 47 17, e-mail [jujitsu@vibyif.dk](mailto:jujitsu@vibyif.dk).
- Kasserer, Ivan Mott.
- Sektetær + webmaster: Michael G. Andersen, tlf. 46 19 40 46, E-mail [kasserer@vibyif.dk](mailto:kasserer@vibyif.dk).
- Træner, Rene Hemmingsen, tlf. 46 19 05 51.

Hvis du ikke allerede er medlem i Viby Jujitsu er du velkommen til at møde op og se hvad jujitsu er. Det er selvfølgelig gratis.

Du kan læse mere om jujitsu på

<http://www.vibyif.dk/jujitsu/index.php>.

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...



### Klinik for Fodterapi

Toftthøjvej 20  
4130 Viby Sjælland  
Tlf. 46 19 54 68  
Hjemmebehandling: nej  
Handicapvenlig adgang: ja  
Ved statsaut. fodterapeuter  
Pia Rasmussen  
Tine Brodthagen



TØJ, TING OG SAGER

JONNA KRAGHEDE  
SØNDERGADE 29, 4130 VIBY  
TLF. 46 19 44 65

Åbningstider:

Fredag kl: 15.00 til .18.00

Lørdag kl: 9.00 til 13.00

Velkommen til Viby Idrætsforening - en sund ide 1909-2007