

JUDO NÁBOR

SEBEOBRANA PRO DĚTI I PRO DOSPĚLÉ

„Chvaty, hry a žádná nuda: to tě čeká v klubu juda.“

LTC JUDO Zbraslav zahájí tréninky ve čtvrtek 3. září 2015 a zároveň provádí v měsících září, říjen a listopad nábor nových členů-chlapců i dívek a dospělých.



Pokud je ti **6 a více let**, přijď mezi nás, cvičíme v **pondělí a ve čtvrtek od 18- 20 hod.** v tělocvičně **ZŠ Nad Parkem**.

Naučíš se **moderní bojový sport**, ale také **sebeobranu**, která ti pomůže nejen v tělocvičně, ale i v životě.

Díky cvikům z gymnastiky, jógy, atletiky a pohybovým hrám zlepšíš svou obratnost, rychlost a sílu. Budeš mít možnost závodit v jednom z nejlepších mládežnických oddílů v Praze a získáš nové kamarády.

Judo je **finančně nenáročný sport**. **Ukázková hodina zdarma, kimona levně zajistíme.**

Vítáni jsou i **dospělí**, s judem můžete začít v každém věku.

Bližší informace na tel. **257 922 323** nebo **602 100 959** nebo emailu **judo.zbraslav@seznam.cz** poskytne Václav Holub, hlavní trenér.