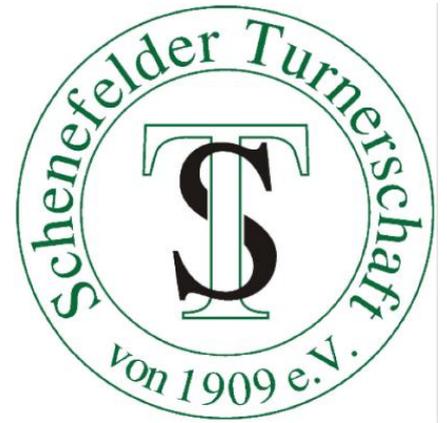


# Entdecke die Kraft des



# Ju Jitsu



Bist du bereit, deine Fitness zu steigern und Selbstvertrauen aufzubauen?

Dann ist unser **Ju Jitsu Kurs** für Erwachsene genau das Richtige für dich!

👉 Was wir bieten:

- Professionelle Trainer:
- Ganzheitliches Training: Verbessere deine körperliche Fitness, Flexibilität und Koordination, während du gleichzeitig Selbstverteidigungstechniken erlernst.
- Gemeinschaft: Werde Teil einer freundlichen und unterstützenden Gemeinschaft, in der jeder willkommen ist – egal ob Anfänger oder Fortgeschrittener!

👉 Warum Ju Jitsu?

- Steigere dein Selbstbewusstsein und deine mentale Stärke.
- Lerne effektive Techniken zur Selbstverteidigung.
- Reduziere Stress und verbessere deine Konzentration.

📅 Kursstart: ab 05. Mai 2025 immer Montags und Freitags

📍 Ort: kleine Halle

🕒 Uhrzeit: 19:00 Uhr – 20:30 Uhr

Melde dich noch heute an und erlebe die Vorteile von Ju Jitsu!

Komm in unsere WhatsApp Gruppe um mehr Informationen zu erhalten.

Ju Jitsu Mo 19 - 20.30  
WhatsApp-Gruppe



Ju Jitsu Fr. 19 - 20.30  
WhatsApp-Gruppe



Werde stärker, fitter und selbstbewusster – mit Ju Jitsu! 🙌 ✨

Wir freuen uns auf dich!