



Judo Anfängerkurs

Der Judo-Kwai Oensingen organisiert regelmässig Anfängerkurse für Jugendliche zwischen sieben und 16 Jahren.

Leitung: René Bobst, Techn. Leiter JKO
Gisela Löffel, Chefin Nachwuchs

Dauer: Jeder Kurs dauert 5 Dienstage **oder** Donnerstage

Zeit: jeweils von 1815Uhr bis 1930Uhr

Kursdaten:

Kurs 1 Beginn	Dienstag	25. Februar 2020
Kurs 2 Beginn	Dienstag	14. April 2020
Kurs 3 Beginn	Donnerstag	16. April 2020
Kurs 4 Beginn	Dienstag	16. Juni 2020
Kurs 5 Beginn	Dienstag	18. August 2020
Kurs 6 Beginn	Donnerstag	20. August 2020
Kurs 7 Beginn	Dienstag	27. Oktober 2020

Ort: Oensingen, Lehngasse 51, Trainingslokal des JKO

Tenue: Trainer, Sportbekleidung, es wird barfuss trainiert.
Garderoben/Duschen vorhanden

Kosten: Pro Kurs CHF 100.- bezahlbar jeweils am **ersten** Kurstag.

Kursziel: Judo schnuppern. Techniken im Stand und Boden lernen.

Zukunft: Nach diesem Anfängerkurs ist der Übertritt in den JKO möglich.

Anmeldung: bis 5 Tage vor dem Kurs an renebobst@ggs.ch oder via Kontaktformular auf www.judokwaioensingen.ch

Bemerkungen: Personen über 16 Jahre können jederzeit ins Judotraining einsteigen. Training jeweils Dienstag von 2000Uhr bis 2130Uhr. Auskunft erteilt der Techn. Leiter René Bobst.