



Kabuto

Een hart voor kinderen, een thuis voor allen organiseert **zaterdag 21 september 2019**

van 14:00 tot 15:30

in dojo Kabuto - Nijverheidslaan 48
Waasmunster



Ju Jitsu Recreatieve Sport & Dynamische Verdediging



Dit initiatief wordt erkend door Sporta als een sportpromotionele activiteit. Alle deelnemers worden via Sporta verzekerd.

Kadetten 6-9jr :	woensdag:	18u30-19u30
Beloften 10-13jr:	woensdag:	19u30-20u30
	vrijdag:	19u30-20u30
Juniors 14-17jr :	dinsdag:	20u00-21u30
	vrijdag:	20u30-22u00
Volwassenen:	dinsdag:	20u00-21u30
	vrijdag:	20u30-22u00

www.kabuto.be

info@kabuto.be - 052 47 26 66 - 0485 95 48 47
Hoogendonck - Nijverheidslaan 48, Waasmunster

Shindō Ju Jitsu

Recreatieve Sport & Dynamische Verdediging
voor alle leeftijden

Kadetten Vanaf 6 jaar kan je bij ons terecht. We gaan je niet onmiddellijk spectaculaire dingen aanleren, maar je kan al proeven van de sfeer. Maar eigenlijk is het gewoon plezierig. Op een speelse wijze maken we jou vertrouwd met het ju jitsu. Later wordt dit steeds verder uitgediept.

Beloften Je bent 10 jaar en je wil wel wat. Voor deze groep bieden wij een verder gevorderde training aan. Niet enkel het spel element is belangrijk, maar wel de technieken op zich. Het geeft je een prima voorbereiding op het volgende programma.

Juniors en volwassenen Bij het afweren van een aanval gebruik je niet alleen je eigen lichaamskracht, maar ook de kracht van je tegenstander. Op die manier hoef je bij een sterkere aanvaller niet noodzakelijk het onderspit te delven. Door beweging (veranderen van plaats) verzwakken we de positie van de aanvaller en versterken we onze eigen positie. Naast het fysische leerproces, groei je ook op geestelijk gebied: zelfvertrouwen, concentratievermogen, zelfbeheersing ontwikkelen zich samen met je lichaam. Het beoefenen van Shindō leidt naar een harmonie tussen lichaam en geest, wat ook ten goede komt in het dagelijkse leven.

Kadetten 6-9jr :	woensdag:	18u30-19u30
Beloften 10-13jr:	woensdag:	19u30-20u30
	vrijdag:	19u30-20u30
Juniors 14-17jr :	dinsdag:	20u00-21u30
	vrijdag:	20u30-22u00
Volwassenen:	dinsdag:	20u00-21u30
	vrijdag:	20u30-22u00

Aansluiting lidgeld en verzekering voor 1 jaar

- Kadetten 06-09 jaar: 105 €
- Beloften 10-13 jaar: 140 €
- Juniors 14-17 jaar: 155 €
- Volwassenen: 170 €
- Een ju jitsupak naargelang de maat 30 € tot 47 €.

www.kabuto.be

info@kabuto.be - 052 47 26 66 - 0485 95 48 47
Hoogendonck - Nijverheidslaan 48, Waasmunster