



TSV Dachau 1865

**ZU ALT FÜR
JUDO?
GIBT'S NICHT.**

JUDO

Kurs
FÜR ERWACHSENE

***Bewegung. Technik.
Selbstvertrauen.***

***Für Anfänger &
Wiedereinsteiger***

DAS ERWARTET DICH

- Ganzkörpertraining mit Spaß und Abwechslung
- Judo-Techniken Schritt für Schritt lernen
- Sicher fallen und richtig bewegen
- Kraft, Beweglichkeit & Koordination verbessern
- Selbstvertrauen und Körpergefühl stärken
- Selbstverteidigungstechniken

**Ab Mittwoch 30.09.2026
20:00 – 21:30 Uhr**

Kursgebühr 60 € für 10 Einheiten

JETZT ANMELDEN



judo@tsvdachau1865.de

**TSV Dachau,
Jahnstraße 23–25, 85221 Dachau
www.tsvdachau1865.de/judo**