

Judoteam Agglorex Lommel organiseert

3 gratis initiatielessen judo voor + 35 jarigen



- Wat:** Judoteam Agglorex Lommel start met een judotraining op maat van de actieve 35+-er volgens de principes van 'de zachte weg'. De training is gericht op het samen beoefenen van judo in al z'n vormen, incl. kata en zelfverdediging. Er wordt ook gewerkt aan uithouding, evenwicht, lenigheid en kracht.
- Waar:** Judozaal van de stedelijke sporthal Lommel.
- Wanneer:** Elke woensdag van 19.30u tot 21.00u.
- Aanvang:** woensdag 4 september 2024. Geïnteresseerden kunnen na 3 initiatielessen lid worden van onze club.
- Voor wie:** Dames en Heren 35+.
- Meebrengen:** Training- of joggingpak.
- Leiding:** De trainingen worden geleid door Karel Imants, zwarte gordel, VTS Instructeur en onder alg. leiding van Jean-Jacques Mélotte, zwarte gordel 6^{de}dan, VTS Trainer A.
- Organisatie:**
- Judoteam Agglorex, tel: 0475/280194
 - Karel Imants, tel: 0479/793817
 - Sportdienst Lommel, tel: 011/399620
 - Judo Vlaanderen & Sport Vlaanderen
-