

j u d o k l u b b e n k ä l l a n p r e s e n t e r a r :

j u n o k a t a

följsamhetens form

en **klassisk** japansk **övning** i:

- *judo* -
- *smidighet* -
- *balans* -
- *koncentration* -
- *samspel* -

ihängande kedja av attack och försvar

inga kast fullbordas – inga fall

10 ggr 200 :-

(ingen extra avgift för medlemmar i jk källan)

s t a r t v 4 0 , o n s d a g a r
1 9 : 0 0 – 2 0 : 1 5

pröva på utan kostnad, lokal grosvadsskolan
gympaklädsel e dyl, för alla över ca 12år
se hemsida el separat broschyr för mer info

www.judo-i-finspong.org