

De kunst van Jiujitsu

Train en verhoog je weerbaarheid!



Kop-Zorg Actief met Autisme!

- Eerste **4 weken** gratis!
- Maandagavond 18.00 - 19.00 uur (8-15 jaar)
- Maandagavond 20.00 - 21.30 uur (15+ jaar)
- Begeleiding door Kop-Zorg Actief (4 weken)
- € 23,- per maand

KOP
ZORG
actief

Waarom zou je op Jiujitsu willen?

Bewegen is goed, dat weet iedereen. Goed voor je lichaam en voor je geest. Dus wissel leren, gamen of wat dan ook af met in beweging komen; **sporten dus!**

Jiujitsu is een allround vechtkunst, waarbij (fysieke en mentale) verdediging in de breedste zin van het woord centraal staat. Met deze sport train en verhoog je ook zeker je weerbaarheid.

Hoe gaat het in z'n werk?

De eerste vier weken zijn om kennis te maken met de sport, de sportschool en de docent. Tijdens deze vier weken word je begeleid voor iemand van Kop-Zorg Actief. Na 4-5 weken neem je een besluit om wel of niet door te gaan met deze sport.

Aanmelden

Loop binnen bij Kop-Zorg, bel 072-8440910 of mail naar actief@kop-zorg.nl



Kop-Zorg Actief is speciaal opgericht om jou te helpen met het vinden van een goede balans tussen lichaam en geest. We bieden daarom ook veel verschillende sporten aan, waaronder Jiujitsu. Wil je meer weten over onze andere activiteiten (sporten)? Kijk op www.kop-zorg.nl/actief