



Leer nieuwe mensen kennen

Krijg zelfvertrouwen

Wordt fitter

Leer zelfverdediging

Leer ontspannen

Leer jezelf kennen

Elke vrijdagavond

18:30 – 18:45 Warming up & Weerbaarheid.

18:45 – 19:30 Zelfverdediging op basis van jujutsu

Locatie: Het Koorenhuis

Prinsengracht 27, 2512 EW, Den Haag.

Meedoen of een vraag?

Bel of WhatsApp:

Alexander Eerhart 06-41214258

Email: degetraindevuisten.inf@gmail.com

