



## **Budokan Sportcenter Hamburg**

### **Trainingszeiten Jiu Jitsu**

**Montag 18.30 Uhr Anfänger / Fortgeschrittene**

**Mittwoch 18.30 Uhr Anfänger / Fortgeschrittene**

**Donnerstag 19.30 Uhr Freitraining**

**Freitag 17.30 Uhr Freitraining**

**Trainer ist Montags, Mittwochs und Freitags im Dojo.**

**Jeder ist herzlich eingeladen mitzumachen.**

**Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.**

**Bitte Sportsachen ( Jogginganzug o.ä. mitbringen ).**