

## Noch Fragen?

4 Wochen beitragsfreies Probetraining (bequeme Kleidung genügt)!



**Der Einstieg ins Training ist jederzeit möglich.**

Für weitere Informationen finden Sie bei der jeweiligen Abteilung eine Telefonnummer!



Schauen Sie doch einfach 'mal herein!  
Wir freuen uns auf Sie!

Oder besuchen Sie uns im Internet:

**[www.jsv-lippstadt.de](http://www.jsv-lippstadt.de)**

e-Mail:

**[jsv-lippstadt@t-online.de](mailto:jsv-lippstadt@t-online.de)**

*In den Ferien findet kein Training statt!*



## Unsere Beiträge:

Erwachsene 7,50 EUR/Monat  
ermäßigt 5,00 EUR/Monat  
(quartalsweise zahlbar, bei jährlicher Zahlung 10 % Rabatt)



Aufnahmegebühr (einmalig):  
Erwachsene 10,00 EUR  
ermäßigt 7,50 EUR



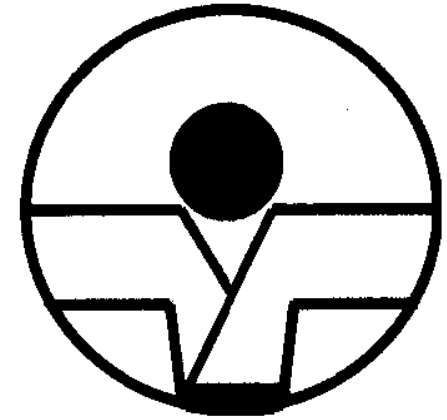
Das dritte und jedes weitere Familienmitglied ist beitragsfrei (außer Aufnahmegebühr).

Bedingung: gleiche Anschrift und gleiche Bankverbindung!



Den ermäßigten Beitrag in Anspruch nehmen können bei uns Kinder, Jugendliche, Schüler, Studenten, Auszubildende, und Bezieher von Arbeitslosengeld I und II bzw. Empfänger von Hartz IV (gegen Nachweis).

# JSV LIPPSTADT e.V.



## Ein Verein

## stellt sich vor!

## Judo:

„Der sanfte Weg“; Wettkampfsportart. Zweikampf mit Techniken wie Wurf, Haltegriff, Armhebel und Würgegriff. Der Judosport basiert auf japanischer Kultur und Philosophie. Ein Judo-Prinzip lautet: „Siegen durch Nachgeben“!



**Infos unter: 0151 - 240 33 722**

Kinder	Mo+Do	16.30 - 18.00
Kinder/Jugend	Mo+Do	18.00 - 19.30
Jugend/Erwachs.	Mo+Do	19.30 - 21.00
Kata-Training	Sa	17.00 - 19.00

(nach Absprache zwischen Herbstferien und Osterferien, Tel. 02942/799963)

Ort: Turnhalle der Hedwigschule  
St.-Hedwig-Straße 24

## Jujutsu:



ist die moderne Selbstverteidigung aus der Praxis für die Praxis. Neben den Grundelementen Bewegungsformen, Falltechniken, Abwehrtechniken, Schläge, Tritte und Stöße sind ebenso Wurf- und Hebeltechniken der unterschiedlichsten Form im JuJutsu vertreten.

**Infos unter: 0175 - 561 26 99**

Kinder	Di	17.00 - 18.15
Jugend	Di	18.15 - 19.30
Kinder	Fr	16.30 - 18.00
Jugend	Fr	18.00 - 19.30
Erwachsene	Di+Fr	19.30 - 21.30

Ort: Turnhalle der Hedwigschule  
St.-Hedwig-Straße 24

## Kickboxen:

entstand aus der Verschmelzung verschiedener ostasiatischer Kampfstile mit der westlichen Kampfsportart Boxen. Sportlicher, fairer Zweikampf nach strengen Regeln, wobei man Füße (Kicken) und Fäuste (Boxen) zum Kämpfen einsetzt, aber auch realitätsbezogene Selbstverteidigung.



**Infos unter: 0151 - 241 158 69**

Jugend/Erwachsene	Mi	19.00 - 21.00
Wettkampfvorbereitung	Sa	17.00 - 18.30
Jugend/Erwachsene	So	12.00 - 14.00

Ort: Turnhalle der Hedwigschule  
St.-Hedwig-Straße 24

## Taekwondo:



Wettkampfsportart. Taekwondo, die Kunst (Do) des Fuß- (Tae) und Faust- (Kwon) Kampfes, ist eine intensive und umfassende Körperschulung. Insbesondere bei Gürtelprüfungen werden Bruchtests ausgeführt sowie Formen und Selbstverteidigung demonstriert.

**Infos unter: 0157 - 772 669 84**

Kinder	Mi	16.00 - 17.30
Jugend	Mi	17.30 - 19.00
Erwachsene	Mi	19.00 - 20.30
Kinder/Jugend	Sa	14.00 - 15.30
Jugend/Erwachsene	Sa	14.00 - 16.00
Freies Training	So	12.00 - 14.00

Ort: Turnhalle der Hedwigschule  
St.-Hedwig-Straße 2

Kinder/Jugend	Fr	19.00 - 20.30
Erwachsene	Fr	20.30 - 22.00

Ort: Turnhalle der Stadtwaldschule  
Am Tiergarten 16

## Tai Chi:

Grundlegende Übungsziele des Tai Chi sind Gesunderhaltung und Meditation. Der Kampfkunst-Aspekt hat beim Tai Chi eine untergeordnete Bedeutung, ist aber in manchen Bewegungen erkennbar geblieben. Tai Chi ist in jedem Alter erlernbar und in kaum einer anderen Sportart sind so viele ältere Menschen aktiv.



**Infos unter: 02941 - 658 381**

Jugend/Erwachs.	Do	18.30 - 20.00
-----------------	----	---------------

Ort: Alte Turnhalle des Evang. Gymnasiums  
Beckumer Straße 61

## Capoeira:



„Brasilianischer Kampftanz“; dessen Wurzeln bis nach Afrika zurück reichen. Wichtiger Bestandteil neben dem Kampf in der Roda ist die Geschichte des Capoeira und die Musik.

**Infos unter:  
0162 - 906 20 72**

Kinder/Jugend	Mo	16.00 - 18.00
Kinder/Jugend	Fr	16.00 - 18.00

Ort: Turnhalle der Wilhelmschule  
Johann-Westermann-Platz 8