

# Jiu-Jitsu Club YUKIO TANI AALST vzw

## Trainingen

Alle trainingen gaan op woensdag en vrijdag door in onze eigen dojo in de Jan De Windtstraat 59, Aalst.

- Juniores (6–9jaar) 18–19u
- Juniores (10–13jaar) 19–20u
- Seniores (vanaf 14 jaar) 20–21u30

## Lesgevers

We beschikken over een ervaren lesgeversteam, allen in het bezit van een VTS-Sport Vlaanderen diploma; hoofdlesgever is Shihan Leslie Ottoey – 9<sup>e</sup> Dan – trainer B Jiu-Jitsu.

### Inlichtingen

- Tijdens alle trainingen ter plaatse of
- 0498 529 607- [leslie.ottoey@telenet.be](mailto:leslie.ottoey@telenet.be)

## Eerste 3 lessen gratis

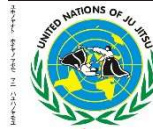
Jiu-Jitsu is een Japanse krijgskunst en betekent letterlijk vertaald “zacht gevecht”. Kracht is ondergeschikt, het zijn meer de verscheidenheid van grepen, snelheid en list die het mogelijk maken een aanvaller binnen de kortste keren en zo efficiënt mogelijk uit te schakelen.

Met Jiu-Jitsu leert men zich verdedigen tegen allerhande aanvallen, tegen één of meerdere personen, al dan niet gewapend.

Jiu-Jitsu is een disciplinaire sport die de regelmatige beoefenaar ervan niet alleen in staat stelt zich te verdedigen, maar die er tevens voor zorgt dat hij/zij over een uitstekende conditie beschikt.

Voor de kinderen is er een aangepast en vast programma met speciale aandacht voor concentratie en coördinatie. Naast het aanleren van zelfverdedigingstechnieken worden ze op een speelse en verantwoorde manier voorbereid op het volgen van het volledige Jiu-Jitsu programma.

[www.jiu-jitsu-aalst.be](http://www.jiu-jitsu-aalst.be)



[www.vjjf.be](http://www.vjjf.be)

# Jiu-Jitsu Club YUKIO TANI AALST vzw

## Trainingen

Alle trainingen gaan op woensdag en vrijdag door in onze eigen dojo in de Jan De Windtstraat 59, Aalst.

- Juniores (6–9jaar) 18–19u
- Juniores (10–13jaar) 19–20u
- Seniores (vanaf 14 jaar) 20–21u30

## Lesgevers

We beschikken over een ervaren lesgeversteam, allen in het bezit van een VTS-Sport Vlaanderen diploma; hoofdlesgever is Shihan Leslie Ottoey – 9<sup>e</sup> Dan – trainer B Jiu-Jitsu.

### Inlichtingen

- Tijdens alle trainingen ter plaatse of
- 0498 529 607- [leslie.ottoey@telenet.be](mailto:leslie.ottoey@telenet.be)

## Eerste 3 lessen gratis

Jiu-Jitsu is een Japanse krijgskunst en betekent letterlijk vertaald “zacht gevecht”. Kracht is ondergeschikt, het zijn meer de verscheidenheid van grepen, snelheid en list die het mogelijk maken een aanvaller binnen de kortste keren en zo efficiënt mogelijk uit te schakelen.

Met Jiu-Jitsu leert men zich verdedigen tegen allerhande aanvallen, tegen één of meerdere personen, al dan niet gewapend.

Jiu-Jitsu is een disciplinaire sport die de regelmatige beoefenaar ervan niet alleen in staat stelt zich te verdedigen, maar die er tevens voor zorgt dat hij/zij over een uitstekende conditie beschikt.

Voor de kinderen is er een aangepast en vast programma met speciale aandacht voor concentratie en coördinatie. Naast het aanleren van zelfverdedigingstechnieken worden ze op een speelse en verantwoorde manier voorbereid op het volgen van het volledige Jiu-Jitsu programma.

[www.jiu-jitsu-aalst.be](http://www.jiu-jitsu-aalst.be)



[www.vjjf.be](http://www.vjjf.be)