



Vovinam

En kampsport/kampkunst i Tranbjerg

Vovinam kampsport/kampkunst er effektivt selvforsvar.

Nye hold starter den d. 16. august 2009 og træner hver søndag på Tranbjerg Skole i gymnastiksalen på følgende tidspunkter:

NB.: Udvidet junior/senior hold træner på Grønløkke skolen hver fredag og på Tranbjerg Skolen hver søndag

Børne hold (7 – 11 år): kl. 14:00-15:00

Junior/senior hold (12 – 29 år): kl. 16:00-17:30

Voksne hold (fra 30 år): kl. 18:00-19:30

NB.: Voksne træner selvforsvar, tai chi og Vovinam khi cong (Qi Gong på kinesisk).

Tilmelding og evt. spørgsmål kan rettes til vovinam_aarhus@yahoo.com

NB.: Da der er en begrænsning på max 15 personer per hold, **anvendes "først til mølle" princippet.**

Du kan se mere om Vovinam på:<http://www.vovinam.dk>
og http://www.tranbjerg.dk/_ttarkiv/2007/TT0407sc.pdf