

Aktuelle Informationen vom Zöbinger Sportklub 05

ZSK 05 AKTUELL

Ausgabe Nr. 26

AKTUELL

RICHTIG SICHER!

Selbstverteidigungskurs am 24.11.2012

Der Zöbinger Sportklub 05 ladet am 24.11.2012 zu einem Selbstverteidigungskurs für Frauen und Mädchen ab 14 Jahren ein. Der Kurs ist für Anfänger bzw. zur Auffrischung geeignet - keine Vorkenntnisse erforderlich!

In spannenden, praktischen Übungen werden Befreiungstechniken geübt sowie die Einschätzung und Vermeidung von Gefahrensituationen erläutert.

Uhrzeit: 10.00 bis 16.00 Uhr

Ort: Arkadensaal (beim Restaurant Schwillinsky)
Rudolfstraße 1, Langenlois

Kosten: KEINE - werden vom Zöbinger Sportklub 05 übernommen!

Anmeldung: bis spät. 20.11. bei Iris Trinnes unter 0676/4452456
begrenzte Teilnehmerzahl!

Sonstiges: Bequeme Freizeitkleidung, Sportschuhe, falls vorhanden Gymnastikmatte.
Mittags werden ein kleiner Imbiss und Getränke zur Verfügung gestellt.
Im Anschluss an den Kurs findet ein gemeinsamer Heurigenbesuch statt.

Auf zahlreiche Teilnehmerinnen freut sich der Zöbinger Sportklub 05!

VORSCHAU

Skiausflug nach Lackenhof am 27.01.2013

Alle Wintersportbegeisterten, auch Nicht-Vereinsmitglieder, sind eingeladen mit dem Zöbinger Sportklub 05 einen gemütlichen Skitag in Lackenhof am Ötscher zu verbringen.

Weitere Informationen finden Sie im nächsten „ZSK05 aktuell“.

**Informationen über aktuelle Aktivitäten finden Sie auf der
Anschlagtafel bei der Kirche bzw. im Internet unter www.zsk05.com**