**Zelfverdedigingscursus 2018**

**We gaan weer starten met een cursus zelfverdediging. De cursus is voor jongens en meisjes vanaf 8 jaar!**

**Start:** Dinsdagmiddag 16 januari 2018 van 16.00 tot 17.00.

De lesdagen zijn op **16, 23, 30 januari**, **6, 13, 20 februari** en **6, 13, 20, 27 maart**. Dinsdagmiddag **27 februari** is er geen les i.v.m. voorjaarsvakantie

Op de laatste les op **27 maart** zijn alle familieleden en andere belangstellenden van harte welkom om te komen kijken en natuurlijk meedoen!

**Cursusleiding:** Hendrik Ernst en Marian Helder.

**Kleding:** Stevig trainingspak (lange broek) en blote voeten

**Plaats:** Sportzaal van sportcomplex **DE BOSCHKAMP in Willemsoord.**

**Kosten:** 10 lessen voor € 25,-. Dit bedrag dient **contant** betaald te worden bij de 1e les.

**Opgave** via onderstaande opgavestrook z.s.m. en **uiterlijk op 10 januari 2018.**

**Inleveren bij:** Helen Schelhaas , Steenwijkerweg 147a , Willlemsoord.

**Email:** **svhercules@hotmail.com**

**Website :** [**www.svhercules.willemsoord.info**](http://www.svhercules.willemsoord.info)

**---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------**

**Naam:**

**Geboortedatum:**

**Adres:**

**Postcode: Woonplaats:**

**Tel. Nummer:**

**Emailadres:**