



Kickboxen für Frauen

Frauenpower - Wir hatten viele Anfragen nach einem reinen Frauenkurs im Kickboxen und können ihn nun endlich mit unserer sehr erfahrenen Trainerin und Kämpferin Judith Ruis umsetzen. Durch das Kickboxtraining wird die körperliche Fitness und Beweglichkeit gefördert und es verbessert die Kondition und den Durchhaltewillen. Kickboxen ist ein faszinierender Sport und, ganz nebenbei, eine sinnvolle und gute Möglichkeit zur Selbstverteidigung. Das Training beansprucht den ganzen Körper und macht, vor allem in einer netten Gruppe, einfach Spaß. Die Teilnahme an diesem Kurs erfordert dabei keinerlei Vorkenntnisse.

Los geht's am 4. Juni 2025 und dann immer:

Kickboxen für Frauen

Mittwoch 17.30 – 19.00 Uhr,

unter der Leitung von Judith Ruis

(Black Belt Luta Livre, Black Belt Shooto, mehrfache Internationale Deutsche Meisterin im MMA und Luta Livre).

- Budo-Keller Bonlanden, Fabrikstr. 5, 70794 Filderstadt
- www.budo-keller.de
- Preise: 41 €/Monat nur Frauen-Kickboxen (Neuvertrag), 51 €/Monat alle Kurse (Neuvertrag), bei bestehenden Budo-Keller-Mitgliedschaften ist der Kurs inklusive.

Info/Probetraining:

