

**Sundsvalls budoklubbs BJJ-sektion har med start den 5 September och månaden ut höstterminens nybörjarintag.**

**Nybörjare tränar måndagar och onsdagar 17:30 till 19:00 i sporthallens källarlokaler.**

Bjj är en vidareutveckling av jiu-justu och judon. Bjj:n har vuxit fram till en effektiv kampsport där teknikerna är utformade för att kunna övervinna motståndare av större storlek och styrka, inga slag eller sparkar används.

Det är en gi-sport, alltså vi använder judodräkt (kimono) när vi tränar. Skulle du sakna en sådan så kom i oömma kläder, gärna långärmat och långa byxor. Det är gratis att prova.

För mer information samt vägbeskrivning, besök vår hemsida [**www.bjjsundsvall.se**](http://www.bjjsundsvall.se/)

