Worstelen (vrijestijl)

Vrijdag 19 december 2025 van 11:00 tot 12:00 uur

Over 4 dagen

Fagelstraat 1

Nijmegen, Nederland

Terugkerende activiteit

Wekelijks op vrijdag tot en met 23 januari 2026

De worsteltraining bestaat uit een warming-up, daarna het gebruik van technieken en tot slot enkele partijtjes. Bij het worstelen vrijestijl mag je zowel bovenlijf als benen gebruiken. Het doel is de ander met de schouders op de mat te drukken. Er worden dus geen klemmen of verwurgingen gebruikt. Worstelen is een fysiek zware sport dus enige mate van getraindheid en conditie zijn wel vereist. Mocht je geïnteresseerd zijn om een keer mee te komen doen mail dan naar worstelclub@hotmail.com

Voor wie

Volwassenen

Waarover

Sport en bewegen

Wat

Workshop / cursus

Ga voor meer informatie naar
nijmegen-oost.nl/agenda

Worstelen (vrijestijl)
19-12-2025 / 11:00 - 12:00
Fagelstraat 1

Worstelen (vrijestijl)
19-12-2025 / 11:00 - 12:00
Fagelstraat 1

Worstelen (vrijestijl)
19-12-2025 / 11:00 - 12:00
Fagelstraat 1

Worstelen (vrijestijl)
19-12-2025 / 11:00 - 12:00
Fagelstraat 1

Worstelen (vrijestijl)
19-12-2025 / 11:00 - 12:00
Fagelstraat 1

Worstelen (vrijestijl)
19-12-2025 / 11:00 - 12:00
Fagelstraat 1

Worstelen (vrijestijl)
19-12-2025 / 11:00 - 12:00
Fagelstraat 1

Worstelen (vrijestijl)
19-12-2025 / 11:00 - 12:00
Fagelstraat 1

Worstelen (vrijestijl)
19-12-2025 / 11:00 - 12:00
Fagelstraat 1

Worstelen (vrijestijl)
19-12-2025 / 11:00 - 12:00
Fagelstraat 1

Worstelen (vrijestijl)
19-12-2025 / 11:00 - 12:00
Fagelstraat 1

Worstelen (vrijestijl)
19-12-2025 / 11:00 - 12:00
Fagelstraat 1