

# Frauen-Selbstschutz-Kurs

Jiu Jitsu mit  
Andrea Landich & Carola Naumann



## Selbstverteidigung von Frauen für Frauen

- Zeit: Ab dem **13.11.2017**  
6 x montags von 19.30 – 21.00 Uhr
- Wo: Grundschule „Am Schwanefeld“  
Untere Sporthalle  
Am Schwanefeld 19a, 42551 Velbert
- Wie: Übliche Sportkleidung
- Alter: Frauen und Mädchen ab 14 Jahre
- Trainerinnen: **Andrea Landich**  
1. Dan (schwarzer Gürtel) Jiu Jitsu,  
1. Kyu (brauner Gürtel) Aikido  
**Carola Naumann**  
3. Kyu (grüner Gürtel) Jiu Jitsu
- Träger: VJV Nippon 1979 e.V.
- Kontakt: 0170 88 153 17
- Mail: [selbstverteidigung@nippon-velbert.de](mailto:selbstverteidigung@nippon-velbert.de)
- mehr Infos: [www.nippon-velbert.de](http://www.nippon-velbert.de)