



## A U S S C H R E I B U N G

### 1. Online-Lehrgang der Jiu-Jitsu Union NW e.V. (JJU-NW)

- Leitung: Martin Sülz, 6. Dan Jiu-Jitsu
- Datum: Sonntag, 14. Februar 2021, 14.00 Uhr - ca. 16.00 Uhr
- Teilnahme-Link: wird in Kürze auf der Homepage der JJU NW veröffentlicht
- Referenten: Michel Andree, 6. Dan Jiu Jitsu,  
Thema: Karate - kleine Ursache - große Wirkung
- Benedikt Meinhardt, 4. Dan Jiu Jitsu,  
Thema: Selbstverteidigungstechniken allein an einem Gürtel trainieren
- Michael Liermann, 3. Dan Jiu Jitsu,  
Thema: Judo-Techniken ohne Partner trainieren
- Uwe Reichert, 1. Dan Jiu Jitsu,  
Thema: Kyusho-Jitsu, Angriffe auf Nervendruckpunkte mit der Handinnenkante

Bitte habt einen Jiu Jitsu Gürtel zur Hand, den Ihr an einem Stuhl, Tisch, Balken, der Türklinke o.ä. ungefähr auf Hüft- bis Bauchhöhe anbindet

- Kostenbeitrag: Die **Teilnahme ist kostenlos.**  
Wer sich allerdings mit ein paar Euros bedanken möchte, kann diese spenden - die JJU NW sammelt bei diesem Lehrgang für das Kinder-Therapie-Zentrum in Wuppertal „Gesundheit durch Tiere e.V.“  
Hier der Link zum Spendenkonto:  
<https://paypal.me/pools/c/8w4IW1dGnz>

Die Referenten spenden Ihre Honorare ebenfalls