



Verbandsoffenes Lehrgangsangebot der Jiu Jitsu Union NW e.V. - JJU NW

- Thema:** Prätzenarbeit im Jiu-Jitsu
- Wer sich mit realistischer Selbstverteidigung beschäftigt, kommt um die Arbeit mit der Pratte nicht herum. Dieser Praxislehrgang zeigt Wege, die Prätzenarbeit in das Jiu-Jitsu Training zu integrieren und größtmögliche Vorteile zu ziehen.
- Referent:** Thomas Plaß, 4. Dan Jiu Jitsu
- Datum:** Samstag 30.09.2023, 14.00 - 17.00 Uhr
- Ort:** Kampfkunstzentrum Schwerte
Südwall 4
58239 Schwerte
- Hinweis:** Prätzen sind nur begrenzt vorhanden und sollten daher mitgebracht werden. Gleiches gilt für offene oder geschlossenen Handschuhe. Wer hat, bitte zum Eigenschutz auch an Tief- und Zahnschutz sowie ggf. auch an Schienenbeinschoner denken.
- Teilnahme:** offener Lehrgang für alle Budoka ab 14 Jahre
- Kosten:** 10,- Euro
- Haftung:** in jeder Form ausgeschlossen

„Wir freuen uns auf Euch!“