



Die **HNT *Ju-Jutsu*** Abteilung führt ein

Selbstverteidigungs-Seminar

durch.

Es werden Strategien für den Ernstfall vorgestellt und trainiert. Teilnehmen kann jede Person über 35 Jahre.
ES STEHEN 24 PLÄTZE ZUR VERFÜGUNG !!!

Datum: So. den 26.03.2017 10.30 – 13.30 Uhr

Ort: HNT Halle II, Cuxhavener Str. 253, 21149 HH

Kosten: pro Person 20,-- € / HNT-Mitglieder 15,-- €

Leitung: Michael Richter Ausbilder/Trainer/Lehrwart für
Selbstverteidigung

Anmeldung: HNT Sportbüro (T. 701 74 43)

Sonstiges: Es wird robuste Kleidung oder Sportzeug empfohlen und Turnschuhe

Ju-Jutsu – mit **Sicherheit Lebensgefühl !!!!**