

HNT Ju-Jutsu informiert:

SPEZIALTRAINING

Am **Freitag, den 30.8.2019** ab 18.30 Uhr

heißt das Thema:

**Verteidigen mit dem Kubotan
Kubotan wird gestellt.**

Es wird im kompletten Gi trainiert.

Teilnehmen kann jeder der **16 Jahre** und älter ist.

M. Richter