

JU-JUTSU TRAININGSZEITEN **KINDER** + **ERWACHSENE**

ab 3.4.2024 neu!!

Montag 17.30 Uhr – 18.30 Uhr

JJ-Bewegungstraining 6 - 8 Jahre

Techniktraining + Spielformen

H. Kautz / Ch. Djaja (Assistentin)

Mittwoch 17.00 Uhr – 18.15 Uhr

Anfänger 8 - 10 Jahre

Techniktraining altersgerecht

H. Kautz / Ch. Djaja (Assistentin)

Freitag 17.00 Uhr – 18.30 Uhr

Techniktraining + Prüfungsprogramm

Farbgurte + Fortgeschrittene

Fortgeschrittene werden eingeladen

M. Richter / M. Zein

Montag 18.30 Uhr – 20.00 Uhr

Anfänger / Fortgeschrittene

Techniktraining und reale

Selbstverteidigung ab 12 Jahre

M. Richter / Vertretung D. Djaja

Mittwoch 18.15 Uhr – 19.30 Uhr

Anfänger 10 - 12 Jahre

Techniktraining altersgerecht

H. Kautz / M. Richter

Freitag 18.30 Uhr – 20.00 Uhr

Technik Show Team (ohne Alter)

TN werden eingeladen

H. Kautz

Mittwoch 19.30 Uhr – 21.00 Uhr

Anfänger / Fortgeschrittene

Hanbo-Jutsu ab 12 Jahre

Stocktechniken und Stockkampf

M. Richter / Vertretung U. Behrmann