

# BASISKURS: SELBSTVERTEIDIGUNG

Ju-Jitsu – Faszination Kampfkunst

## Termine 2013

Beginnt jeweils:

Montag 14. Januar

Mittwoch 01. Mai

Montag 26. August

Mittwoch 06. November



**Teilnehmer:** ab 15 Jahren – **Versicherung:** ist Sache der Teilnehmenden – **Bekleidung:** Trainingsanzug, barfuss, bitte ohne Ringe/Ketten etc. – **Wie weiter:** Training jeweils am Mo / Mi 20:15 Uhr bis 21:45 Uhr