



TuS 05 Quettingen e.V.

Telefon: 0214-20628492 Ju-Jutsu Abt.

Sommerferien-Training Ju-Jutsu & Hanbo Jutsu

beim TuS 05 Quettingen e.V.

Montag & Mittwoch, jeweils 18- 20 Uhr

5. August, 7. August,

12. August, 14. August, 19. August

Ju-Jutsu und Hanbo-Jutsu nach DJJV e.V.

Themen: Kennenlernen der waffenlosen Selbstverteidigung,
Selbstverteidigung mit dem Stock,

Prüfungsvorbereitung Ju-Jutsu + Hanbo-Jutsu

Wer: Alle interessierten; ab 13 Jahre

Wo: 51381 Leverkusen - Quettingen, Am Nonnenbruch 13
Sporthalle der Sekundarschule Leverkusen

Anmeldung erwünscht: per e-Mail (auch Vereinsweise möglich)

Für Hanbo an: hanbo-jutsu@tus05-quettingen.de

Für Ju-Jutsu an: jujutsu@tus05-quettingen.de

Sonstiges: Falls vorhanden, bitte einen Stock mitbringen. Länge 90-110 cm,
Es besteht keine Verpflichtung dem TuS 05 Quettingen beizutreten.

Kosten: keine

Trainerteam:

Bernd Preuss, Trainer C (DOSB), 4. Dan Ju-Jutsu

Uwe Bethke, Trainer C (DOSB), 3. Dan Ju-Jutsu, 2. Dan Hanbo-Jutsu

Harald Arns, 1. Dan Hanbo-Jutsu, 1. Kyu Ju-Jutsu

Olaf Strauss, 1. Kyu Hanbo-Jutsu