

COMBAT Ju-Jutsu maratontreeni

La 09.04.2022

Paikka: Suojeluskuntatalon CJJ -sali Töölöntorinkatu 2, Helsinki.

Aihe: Tehokas puolustautuminen yhtä tai useampaa hyökkääjää vastaan. Voimantuoton perusteet ja tekniikan kohdistaminen. (oranssin vyön tekniikat)

Aikataulu:

klo. 10-15 Harjoitus tatamilla (sisältää evästauot eli omaa evästä mukaan)

Kenelle: Kaikille CJJ harrastajille. Mukaan vain etukäteen ilmoittautumalla!

Hinta: 0 eur

Harjoitusasu: T-paita tai ohut pitkähihainen paita ja ki:n housut. Huom. hanskat ja hammassuojat mukaan

Valmentaja:

Jori

6. Dan Ju-Jutsu

3. Dan Karate

Poliisihallituksen hyväksymä voimankäyttökouluttaja

Ilmoittautuminen / tiedustelut:

sali@stadinsissit.fi