



Vi tränar kyushoshin jujutsu  
En traditionell jujutsustil.

# JU-JUTSU

## Nybörjarstart

**När:** 30 januari och löpande

**Åldersgräns:** 14 år

**Tider:** Måndagar & Torsdagar Kl 18-20

**Plats:** Eddahallens Budolokal

**Klädsel:** Vi tränar i träningsdräkt men som nybörjare funkar det T-shirt och träningsbyxor.

Vi tränar barfota.

Vår träning innefattar bland annat kast, ledtekniker, nervpunkter, marktekniker, slag och sparktekniker samt träning med traditionella vapen

Mer info hittar du på [www.sjjk.nu](http://www.sjjk.nu)

Vid frågor maila [info@sjjk.nu](mailto:info@sjjk.nu)

