



# 1. JJJC Hattingen Abteilung Ju-Jutsu/Jiu-Jitsu

## Kostenloser „Schnupperkurs“

Möchtest Du mal bei uns „reinschnuppern“?  
Du wolltest schon immer mal was Anderes ausprobieren?  
Oder du hast mal vor langer Zeit etwas mit „Kampfsport“ zu tun gehabt?  
Judo, Karate, Taekwondo, Boxen und möchtest mal was Ähnliches und doch Neues ausprobieren?

Dann komm doch zu unserem kostenlosen 3-wöchigen Schnupperkurs beim 1.JJJC Hattingen, um Dir ein Bild über JuJutsu/JiuJitsu zu machen.  
In kleinen Schritten erfährst Du etwas über Selbstverteidigung und Selbstbehauptung. Erlernst einfache Techniken, um Dich wehren zu können. Erfahre mehr über diese sehr erfolgreiche Kampftechnik. Siehe, welche Gemeinsamkeiten die Techniken mit anderen Sportarten haben und staune über Dich selber.

**Wir sind eine kleine Truppe Männer und Frauen ab 16 Jahren und trainieren immer Montags von 19.30-21.30 Uhr in Hattingen Winz-Baak.**

**Der Kurs findet vom 15.08. bis 29.08.2022 statt.  
Halle an der Grundschule Oberwinzerfeld, Regerstr. 33 in 45529 Hattingen.**

Anmeldung und weitere Auskünfte bitte ausschließlich über  
[christoph.schaefer@1-jjic-hattingen.de](mailto:christoph.schaefer@1-jjic-hattingen.de)  
oder 02324/82846

Ich freue mich auf Eure Anmeldung

*Christoph Schäfer*  
Abteilungsleiter Ju-Jutsu/Jiu-Jitsu

