

Kajaanin Ju-Jutsuseura järjestää BJJ - basics kurssin 18.1.-18 klo 17:00 alkaen.

Kurssi kestää n. 2 kk

Kurssi ei vaadi aikaisempaa kamppailulajitaustaa. Kurssilla harjoitellaan Brazilian Jiu-Jitsu perustekniikkaa unohtamatta itsepuolustustekniikoita. Kurssi toimii myös hyvin aikaisemmin treenanneille perustekniikkakertauksena.

BJJ - basics treenit

To klo 17:00

Su klo 17:00

Kurssi sopii sekä naisille että miehille.

Alaikäraja 16 vuotta

Varusteet: t-paita, shortsit / judogi / bjj kimono tai vastaava

Hinta 125€

Lisätietoja ja ilmoittautuminen

karrij4@gmail.com / [0405487242](tel:0405487242) / Body-Center