

Denis Guélat

Ju-Jutsu-Lehrer mit eidg. Fachausweis
7. Dan Ju-Jutsu - 5. Dan Judo

Technischer Kurs **AARAU**



2025
15. MÄRZ —
09:00-13:00

Ate waza (mit Handschuhen und Pratzen)
Beinhebeltechniken