



# **PŘÍPRAVNÝ SEMINÁŘ KE ZKOUŠKÁM** **skupina Jiu-Jitsu děti** **začátečníci i pokročilí**

**Sobota 29. března 2025**

**10:00-12:00**

**tělocvična ZŠ Komenského, Kralupy**

**Seminář bude zaměřen na:**  
**kuzuchi – vychylování**  
**nage waza – techniky hodů a porazů**

**Sebou čisté kimono a dostatek pití.**

**Cena: 300 Kč**  
(platí se v hotovosti na místě)

trenéři:  
Milan HEČKO a Michal PITAUER  
[info@jiujitsukralupy.cz](mailto:info@jiujitsukralupy.cz)