



jujutsu_aurich

SELBSTVERTEIDIGUNG

FÜR MÄDCHEN UND FRAUEN

JULI 2026

WANN: Juli 2026, jeden
Dienstag von 18 bis 19 Uhr

WO: Bürgermeister-Gerhard-
Janssen-Straße 1,
26605 Aurich Wallinghausen

FÜR WEN: Mädchen und
Frauen ab 14 Jahren

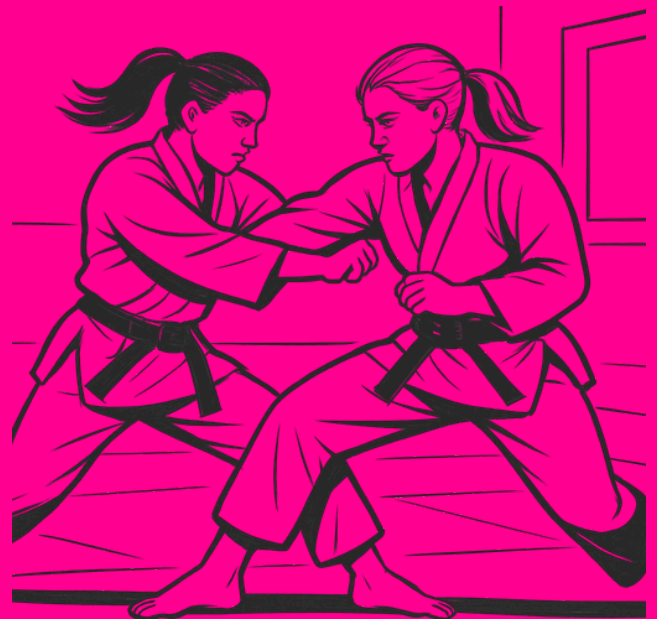
TEILNAHMEGEBÜHR:
(für den gesamten Kurs)

20 Euro - unter 18 Jahren, für
Studentinnen und Azubis

30 Euro - ab 18 Jahren

ANMELDUNG:

E-Mail: marieX2026@gmx.de



Ju-Jutsu beim TuS-Aurich-Ost

Ju-Jutsu ist eine moderne Kampfkunst, deren Schwerpunkt die effektive Selbstverteidigung ist. Die Techniken sind effektiv und leicht erlernbar. Darüberhinaus stärkt das Training dein Selbstbewusstsein und vermittelt Respekt und Fairness.