

Itsepuolustusharjoitus ma 27.05.2024

**Kesäkauden aloituksena kaikille Renshin-kanin
treenaajille ilmainen teemaharjoitus !**

**Aihe: Karatetekniikka sovellettuna käytännön itsepuolustus-
tukseen. Harjoittelussa huomioidaan Suomen lain mukainen
häätävarjelun periaate. Harjoitellaan väkivaltilanteessa
suojaantumista, irtautumista ja tarvittaessa kohdehenkilön
taltuttamista.**

**Harjoitus:
ma 27.05.2024
klo:18.00-19.30**

Ikäraja: Ei ikärajaa !

**Paikka: Ruskeasuon liikuntahalli 1 (Ratsastie 10)
Sama paikka, jossa harjoitukset jatkuvat kesäkaudella!**

Hinta: 0 eur

Harjoitusasu: T-paita tai ohut pitkähihainen paita ja karateki:n housut.

Valmentaja:

Jori

3. Dan Karate

6. Dan Ju-Jutsu

Poliisihallituksen hyväksymä voimankäyttökouluttaja

Tervetuloa !