



## Einsatzliste Trainingsleiter PJJZ Oktober 2024

Tag	Datum	Thema	Trainingsleiter
Dienstag	01.10.2024	Schwitzkastenabwehren	Michael Welti
Dienstag	08.10.2024	Freie Lektion	Urs Spieser
Dienstag	15.10.2024	Würgeabwehren am Boden	Urs Spieser
Dienstag	22.10.2024	Transportgriffe & Hebel im Stand	Urs Spieser
Dienstag	29.10.2024	Genickhebel & -abwehren	Christoph Holtmann
Kyu-Prüfung	Herbst	<b>Donnerstag, 21.11.2024, sofern Bedarf angemeldet wurde!</b>	