

# Denis Guélat

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

## Technischer Kurs LYSS



2025  
**29. NOV**  
09:00-13:00

Würgeabwehren am Boden  
Technische Verkettungen mit Hubud Lubud