

# Denis Guélat

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

## Technischer Kurs **ALLSCHWIL**



2026  
**17. OKT**  
09:00-13:00

— Kote Mawashi  
Abwehr gegen Schwitzkasten