



# Nu är den äntligen här

## Teknikmanualen

Teknikmanualen är ett komplement till jiu-jitsu böckerna i ett lagom stort format

Teknikmanualen innehåller alla tekniker, men med ett reducerat antal bilder

Teknikmanualen är en sammanställning av teknikerna 6 kyu - 1 kyu

Teknikmanualen innehåller utrymme för egna anteckningar

Tanken är att alla instruktörer inom kort skaffar sig ett exemplar av Teknikmanualen för att kunna sprida det reviderade graderingssystemet ut till klubbarna. På längre sikt kommer alla utövare ha var sitt exemplar av Teknikmanualen, för att på så sätt kunna förbereda sig mentalt inför graderingarna.

I anslutning till Sommarlägret 2010 kan du köpa Teknikmanualen till ett rabatterat pris. Ordinarie pris kommer att ligga på 450 kr/st, men de som utnyttjar erbjudandet under Sommarlägret behöver endast betala 395 kr/st. Det är en begränsad upplaga i första tryckningen och vi kan inte garantera alla ett exemplar. Först till kvarn är det som gäller. De böcker som levereras på Sommarlägret kommer att vara personligt signerade av Kurt Durewall.

Det vore tacksamt om man inom klubben samordnar en beställning och kanske köper på sig ett litet lager till sina kommande nybörjare.

**För information och beställning maila till [manualen@jiujitsu.nu](mailto:manualen@jiujitsu.nu)**

*Ange namn, klubb och antal Teknikmanualer*