



## Verbandsoffenes Lehrgangsangebot der Jiu Jitsu Union NW e.V. - JJU NW

**Thema:**           **Intuitiv verteidigen**

Inhalt des Lehrgangs wird es sein, mit einer einzigen umfänglichen Anfangsbewegung einer Vielzahl von Angriffen zu begegnen. Dazu wird zunächst der intuitive menschliche Abwehrreflex mit einer starken Vorwärtsbewegung zu einer universell anwendbaren Reaktion kombiniert und dann mit effektiven Folgetechniken ausgebaut. Es entsteht eine hochwirksame und praxistaugliche Verteidigungsmethode.

**Referent:**       Kai Marcus Jacobi, 6. Dan Jiu Jitsu  
Cristian Keip, 3. Dan Jiu Jitsu

**Datum:**         Samstag 21.10.2023, 14.00 - 17.00 Uhr

**Ort:**             Judo-Club Wuppertal e.V.  
Mirker Str. 95  
42105 Wuppertal

**Teilnahme:**    offener Lehrgang für alle Budoka ab 14 Jahre

**Kosten:**        15,- Euro

**Haftung:**      in jeder Form ausgeschlossen

**„Ihr seid herzlich willkommen!“**