



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

Thema: Atemi-Angriffe erfolgreich abwehren

Atemi-Angriffe kommen in der Praxis am häufigsten vor. Daher ist es unerlässlich, hier wirksame Gegenmittel für eine erfolgreiche Verteidigung parat zu haben. Darüber hinaus ist das Thema „Abwehr gegen Schläge und Tritte“ auch sehr prüfungsrelevant. Unser Referententeam bedient beide Felder: Kurze und knappe Techniken für die Selbstverteidigung und auch einmal eine Verteidigung mit einem rasanten Wurf für die Prüfung. Es wird sich für jeden lohnen.

Referierende: Michael Liermann, 3. Dan Jiu Jitsu, 1. Dan Judo
Fabio Ribjitzki, 1. Dan Jiu Jitsu

Datum: Samstag 08.06.2024, 14.00 - 17.00 Uhr

Ort: Judo-Club Holzwickede
Hillgenbaumhalle – Sporthalle Clara Schumann Gymnasium
Opherdicker Str. 44
59439 Holzwickede

Teilnahme: offener Lehrgang für alle Budoka ab 14 Jahre

Kosten: 20,- Euro

Haftung: in jeder Form ausgeschlossen

**„Budoka aller Stilrichtungen und Verbände sind
herzlich willkommen!“**