

GEWALT GEGEN FRAUEN – NICHT MIT UNS

Eine Aktion von: Deutscher Olympischer Sportbund und Deutscher Judo-Bund

Jiu-Jitsu (die sanfte Kunst / die Wissenschaft von der Nachgiebigkeit) ist eine von den japanischen Samurai stammende waffenlose Selbstverteidigungskunst, d.h. der Verteidiger wehrt sich gegen unterschiedlichste Angriffe, die sowohl von einem unbewaffneten, bewaffneten oder auch von mehreren Gegnern ausgehen können. Ziel dabei ist es, den Angreifer unter die eigene Kontrolle zu bringen oder ihn soweit kampfunfähig zu machen, dass keine weitere unmittelbare Gefahr von ihm ausgeht.

SCHNUPPERKURS SELBSTVERTEIDIGUNG

- kostenloser Kurs für Frauen (ab 16 Jahren)
- Möglichkeiten der Gewaltprävention
- Effektive Techniken der Selbstverteidigung
- Mögliche Verhaltensweisen im Notfall
- Stärkung des Selbstbewusstseins
- Spaß an Koordination und Bewegung



5.4.2008 – 13 bis 17 Uhr

Walter-Jakob-Halle (Schlossgymnasium) Kirchheim /Teck

Anmeldung und weitere Informationen:

W. Carstens (07021 51728) – wernerrcarstens@arcor.de

G. Carstens (07021 75743) – g.carstens@t-online.de

Den Schnupperkurs leitet ein erfahrenes Trainerteam der Jiu-Jitsu Gruppe der Judo-Abteilung des VfL Kirchheim unter Teck

Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Sie benötigen für die Teilnahme an dem Kurs lediglich bequeme Sportbekleidung

J I U - J I T S U

VfL Kirchheim unter Teck Abt. JUDO
www.vfl-kirchheim.net