

JU-JUTSU EXPERIENCED
-SELBSTVERTEIDIGUNG INTENSIV-
THEMENBEZOGENE
VERANSTALTUNGEN

SELBSTVERTEIDIGUNG

WETTKAMPF

FITNESS

www.kassel-ju-jutsu.de

facebook:psvkasseljujutsu

psvkassel-jujutsu@gmx.de



Ein Angebot für Erwachsene, die bereits Mitglied in unserer Abteilung sind und sich bereits einer Gurtprüfung erfolgreich gestellt haben. Sie finden hier neue Anregungen und Impulse, wenn es darum geht, den eigenen Horizont im Bereich der Selbstverteidigung und Selbstbehauptung intensivst zu erweitern.

Eine gesonderte Anmeldung zu den beiden Kursblöcken ist aufgrund der Mitgliedschaft nicht notwendig! Eine interne Info per E-Mail an den jeweiligen Trainer erleichtert die Planung. Der Kursblock „Selbstverteidigung intensivst“ findet unter der qualifizierten und erfahrenen Leitung von Gilbert und Paddy (E-Mail: sportwart@kassel-ju-jutsu.de) im ETZ Frankfurter Str. an den folgenden Terminen statt:

A) Sa., 23. März 2019, 15.00 h bis 18.00 h (Technikanwendung unter Hochstress; Strategien gegen Messerangriffe)

B) Sa., 21. September 2019, 15.00 h bis 18.00 h (Technikanwendung unter Einsatz der Taschenlampe bei ungünstigen Lichtverhältnissen) eigene Taschenlampe mitbringen!!!

Hinweis: Das Training wird anstrengend. Bitte stets ausreichend Getränke und Kleidung zum Wechseln mitbringen. Trainiert wird in bequemer und strapazierfähiger Alltagsbekleidung sinnvoll ergänzt mit Mund- und Genitalschutz sowie weiterer Schutzausstattung.