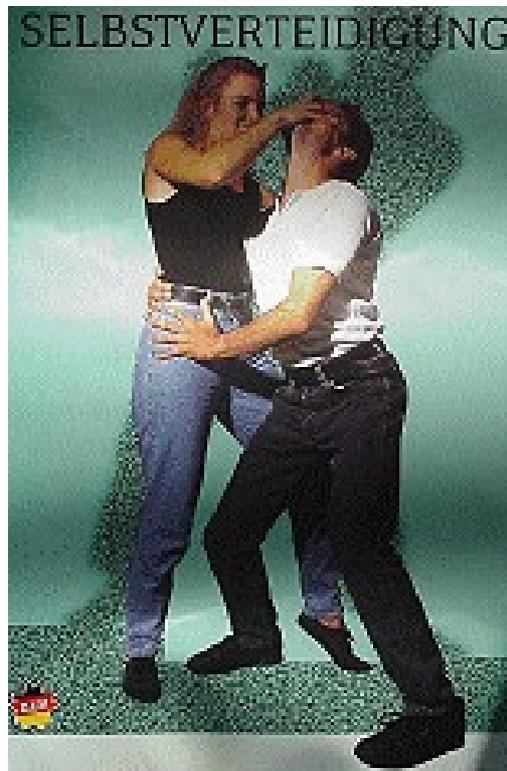


Selbstverteidigung für Frauen



Neuer Lehrgang am 26.01.2020

Thematik : Verteidigungsmöglichkeiten für Frauen in höchster Not (Mord, Vergewaltigung).

Inhalt : Es werden einfache und effektive Techniken gelehrt, einen Angriff sofort und endgültig abzuwehren.
Keine Griffe, Hebel und Würfe, die eher dazu führen, dass die Angegriffene sich in noch größere Gefahr begibt.
Die empfindlichen Körperteile werden verdeutlicht und der Ablauf der Erfolg versprechenden Verteidigung gelehrt. Hierbei wird auch auf psychologische und rechtliche Gesichtspunkte eingegangen.

Bemerkung :

Mädchen sollten aufgeklärt sein, da eine Vergewaltigungssituation offen besprochen wird !

Ausbilder :

Klaus-Peter Merx,
Schwarzgurt, 6. Dan (Meistergrad)
im Ju-Jutsu und Polizeibeamter a.D.

Dennis Baumann,
Schwarzgurt, 1. Dan (Meistergrad)
im Ju-Jutsu und Schwimmmeister

Martin Wolter,
Schwarzgurt, 1. Dan (Meistergrad)
im Ju-Jutsu und Gymnasiallehrer

Dauer :

5 Stunden, 10:00 -15:00 Uhr

Kosten :

- kostenlos für Vereinsmitglieder
- 20 € für Angehörige von zahlenden Vereinsmitgliedern des BJJ e.V.
- 30 € für Nichtmitglieder

Ausstattung :

Leichte Alltags- oder Sportkleidung,
Gymnastikschuhe oder rutschfeste Socken.
Die Matten werden nicht mit Schuhen betreten.

Ort :

Sporthalle des SV Olympia

Bienroder Weg 72, Braunschweig

Anmeldung :

Klaus-Peter Merx, Tel. 05302 / 6110
oder unter merxkp@aol.com

Anmerkung :

Die Teilnehmerinnenzahl ist auf 20 begrenzt.