

# PRÜFUNGS- VORBEREITUNGS- LEHRGANG

22.10.2022  
in Norderstedt

---

## KOMPLEXAUFGABEN UND HEBELTECHNIKEN

In Vorbereitung auf die nächste Landesprüfung wurden nochmal Themenbereiche aufgearbeitet, in denen durch die Prüfer Verbesserungspotential gesehen wurde. Als Referenten waren im Norderstedter Dojo Mirja Straßburger, 3. Dan Ju-Jutsu und Jens Dykow, 7. Dan Ju-Jutsu, eingesetzt. Mirja übernahm den ersten Teil mit dem Bereich Komplexaufgaben. Im zweiten Teil ging Jens auf den Bereich Hebeltechniken ein, wobei sein Augenmerk vor allem für höhere Graduierungen darauf lag, dass hier die Feinheiten stimmen.

