

# LANDESTECHNIK- LEHRGANG

15.09.2018  
in Mölln

---

## RUND UM DEN HALS

Samstag fand im Dojo der Steinfeldschule der Landestechniklehrgang mit Sigi Sobolewski, 7. Dan Ju-Jutsu, Trainer A Breitensport, statt. Thema war "Rund um den Hals", das beinhaltete Würgetechniken ohne und mit Hilfsmitteln. In den vier Stunden demonstrierte Sigi den Teilnehmern verschiedene Würgetechniken. Angefangen hatte er mit der Verwendung der Gi-Jacke des Partners, gefolgt von der Nutzung der eigenen Jacke. Bei den Hilfsmitteln für die Würgetechniken nutze Sigi vorrangig den Gürtel und den Stock. Zeigte aber auch die Anwendung von Krawatte, Hoodies oder Schals. Im letzten Teil wurden Techniken ohne Hilfsmittel thematisiert. Anschließend ging es dann zum Uhlenkolk, um das Herbstfest zu feiern mit Familie und Freunden.

