

Tag der offenen Tür – Offenes Dojo am 09.02.2019

Die Breitensport-Abteilung der Möllner Ju-Jutsukas hatte zum „Offenen Dojo“ eingeladen. Von 14.00 – 16.00 zeigten 15 Sportler aus den verschiedenen Trainingsgruppen einen Querschnitt aller Techniken. 60 – 70 begeisterte Zuschauer sahen Ausschnitte aus den unterschiedlichen Prüfungsprogrammen. Von Bewegungslehre aus den Anfänger Gelbgurt-Techniken bis hin zum „Freien Fall“ beim Braungurt. Wir zeigten die Steigerung der Anforderungen mit fortschreitender Ausbildung. Fallschule, Verteidigung gegen Kontakt- oder Schlagangriffe, Waffenabwehr und diverse Wurftechniken, sowie die freie Anwendung bis hin zur Aufgabe „Auseinandersetzung im Stand, Übergang-Stand-Boden und Bodenkampf“, gab es zu sehen. Dieses alles im „Gi“, so nennt man die Sportbekleidung. Weiter ging es mit Showeinlagen in Zivilbekleidung und mit Musik. Hier hatten wir einige Überraschungen vorbereitet. Dies war ein Übergang zur Verteidigung mit Regenschirm und Stock. Zum Abschluss gab es freie Selbstverteidigung in unterschiedlichen Situationen mit Polizeieinsatz! Vielleicht haben wir Euch neugierig gemacht. Bei uns unterrichtet ein sehr gut ausgebildetes, hochgraduiertes Trainerteam Schüler im Alter von 7 – über 70 Jahren. Weitere Infos bei Abteilungsleiterin Simone Töpfer Tel. 0 45 42 – 83 63 43. Unser Motto ist: Gemeinsam statt einsam. Wir freuen uns auf Euch

