

*** NEU beim TV 1910 Girbelsrath e.V. ***

Selbstverteidigung von 8 bis 80

Ab 10.04.2013 mittwochs in der Maar-Halle

für Kinder + Jugendliche 18.00 bis 19.00 Uhr

Erwachsene 19:00 bis 20:00 Uhr

Für Jung und Alt, Mann oder Frau, Anfänger und Fortgeschrittene.



Selbstverteidigung nach Ju-Jutsu ist eine realistische, waffenlose Selbstverteidigung. Neben den Grundelementen Bewegungsformen, Falltechniken, Abwehrtechniken sind ebenso Wurf- und Hebeltechniken der unterschiedlichsten Form sowie Techniken für die Auseinandersetzung im Boden vertreten.

Altbewährte Erkenntnisse vieler Kampfsportarten, aber auch neue Aspekte unter dem Grundsatz "**aus der Praxis für die Praxis**" sind zu einer modernen und effektiven Selbstverteidigung zusammengeschmolzen, die auch bei der Polizei und der Justiz weit verbreitet ist und dort zu den offiziellen Ausbildungsprogrammen gehört

Es ist eine Sportart mit vielseitigen körperlichen und geistigen Anforderungen, beinhaltet psychologische und präventive Gedanken ohne körperliche Gewalt und ist wegen seiner defensiven Grundhaltung zur Selbstverteidigung in besonderem Maße geeignet.

Weitere Informationen unter 015122204246 bzw. 01637191660 oder im Internet unter www.tv-girbelsrath.com. Hier findet man auch ausführliche Informationen zu anderen Aktivitäten des Vereins.

Vereinslokal

Gaststätte Schinchen/Küpper
Altwerk 7
52399 Merzenich

Bankverbindung

Sparkasse Düren
(BLZ 395 501 10)
Kto.-Nr.: 190 314

Kontakt

eMail: info@tv-girbelsrath.com
Internet: www.tv-girbelsrath.com