



*Judo
meets
Ju Jitsu*

Jahresabschluss-Lehrgang 2019 SC Budokan Maintal & TG Hanau

Kein Unterschied – oder doch?

- Veranstalter: Judo Abteilung des SC Budokan Maintal e.V.
in Kooperation mit
Ju-Jitsu 40+ der TGH 1837 Hanau a.V.
- Ort: Jahnstraße 3, 63450 Hanau
Jahnhalle Studio 2 im 3. Obergeschoß
- Termin: Sonntag dem 15. Dezember 2019
- Zeitraumen: 14:00 bis 18:00 Uhr, Hallenöffnung: 13:30 Uhr
- Teilnehmer: Der Lehrgang eignet sich für alle Budokas aus Judo, Ju-Jitsu, Jiu-Jitsu sowie allen Interessierten, Wissensstand und Können wird berücksichtigt.
Einzelteilnehmer ausdrücklich erwünscht, auf der Matte finden sich immer Partner.
- Sportliche Leitung: Manfred Greschner, 1. Dan Ju-Jitsu, Trainer C/B Lsb Hessen

Der Lehrgang besteht aus 3 Teilen und wird von 3 Referenten präsentiert

- | | | |
|---------|---|-------------|
| Teil 1: | Haltung – Atmung – Entspannung und Bewegung
Bernd Rieß, 6. Dan JJ, Trainer B/A
Yogalehrer und Übungsleiter für Sport in der Prävention
Gründer JJ 40+ in der TGH und im HJJV | ca. 30 min |
| Teil 2: | Trainingsformen 40+ und Handlungsketten SV
Markus Hauner, 3. Dan JJ, Trainer C/B Lsb Hessen | ca. 30 min |
| Teil 3: | Kata
Wolfgang Geissler, 4. Dan Judo, 1. Dan Jiu Jitsu, Trainer B | ca. 150 min |

Als Kata wird die Kodokan goshin jitsu vorgestellt und gelehrt.
Diese moderne Kata wurde 1956 vom Kodokan vorgestellt, nachdem 1952 eine Arbeitsgruppe von hohen Dan-Trägern begonnen hatte, neue, zeitgemäße Selbstverteidigungsformen zu einer Kata zusammenzufassen. Dabei übernahmen sie auch altüberlieferte technische Jiu-Jitsu, Judo, Karate und Aikido-Elemente.
Die Kata besteht aus 21 Angriffen und Verteidigungen.

Die Ausschreibung ist auf der homepage beider Vereine einzusehen und als download verfügbar

Allgemeines: bitte in weißem Gi erscheinen
Stock (1,0 m –auch vorhanden), Messer und Pistole mitbringen

Voraussetzungen: keine

Kosten: keine

Haftung: Die Teilnehmer müssen für Unfall- und Haftpflichtversicherung selbst Sorge tragen. Eine Haftung jeglicher Art durch den Veranstalter wird ausgeschlossen

Anmeldung: bis zum 10.Dezember 2019 wäre für die Organisation schön, aber nicht zwingend erforderlich

Der Lehrgang findet unabhängig der Teilnehmerzahl statt, bei evtl. Zeit- oder Terminveränderungen können nur gemeldete TN informiert werden. Mit der Teilnahme erklären sich die TN mit einer evtl. Veröffentlichung ihrer persönlichen Daten, Bilddokumentationen in Aushängen/Internet und Publikationen einverstanden.

Bei Fragen: Wolfgang Geissler Telefon 06181 / 60814
ingenieurbuero.geissler@t-online.de
wolfgang.geissler@budokan-maintal.de

oder Manfred Greschner Telefon 0170 / 3435676
mg-hu@t-online.de