



## Judo vs Ju-Jutsu (LG124/23)

„Wende deine Energie zum Guten und Wohlergehen für alle an.“ (Kanō Jigorō)

**Datum:** Samstag, 26.08.2023

**Zeit:** 14:00h bis 18:00h

**Ort:** Sporthalle der SG Misburg, Ludwig-Jahn-Str. 6C, 30629 Hannover

**Teilnehmer:** Alle interessierten Judoka ab 16 Jahren mit gültigem Judopass

### Kursinhalte:

- Verteidigung und Abschluss:
- gegen Festhalte- und Umklammerungsangriffe
- Fixieren am Boden
- Umgang mit Stöcken u.a. 1:1 Situation
- Erläuterungen Unterschied Kampfkunst zu Kontaktkampf

**Referent:** Frank Lambrecht, NJV Referent Selbstverteidigung

**Kosten:** Die Teilnahmegebühr beträgt 20,-€. Bitte mit der Meldung überweisen an NJV, IBAN: DE55 2501 0030 0562 0173 01. Bitte auf der Überweisung Name und Lehrgangsnummer (LG124/23) angeben. Pro Person bitte eine Überweisung vornehmen

**Meldungen:** bis zum 19.08.2023 mit Angabe von: Name, Vorname, Verein an Frank Lambrecht [frank.lambrecht@njv.de](mailto:frank.lambrecht@njv.de)