



## 護身術の道

### Neuer Kurs für Jugendliche und Erwachsene (ab 15 Jahren)

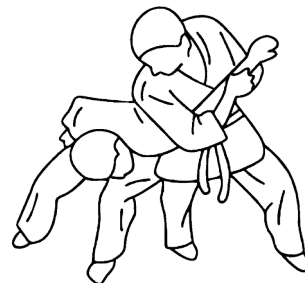
#### Kursbeginn

08.04.2024

#### Kursende

13.05.2024

Jeden Montag und jeden Freitag von 18:30h bis 20:00h,  
ausgeschlossen 10.05.2024 (Himmelfahrt)



### Ju-Jutsu

**Ju-Jutsu** ist flexibel und vielfältig, da gezielt die Verteidigung gegen diverse Angriffe, wie Schläge, Tritte und Umklammerungen gelehrt und gelernt werden. Dazu dient eine ganze Reihe von Techniken unterschiedlicher Kategorien, wie Abwehr- und Falltechniken, Bodenkampf, Wurf-, Hebel-, Nervendruck- und Würgetechniken, sowie Tritt- und Schlagtechniken. Vor allem bei der Abwehr körperlich überlegener- oder mehrerer Angreifer ist diese Flexibilität ein ausschlaggebendes Element für die erfolgreiche Selbstverteidigung.

**Ort:** Dojo des Kampfsportvereins Goshin-Jutsu-No-Michi e.V.  
Schillerstraße 8 in 39646 Oebisfelde

**Leitung:** Jacqueline Budich  
Trainerin C / 2. Dan DJJV  
Kim Jacqueline Meinert  
Trainerin C / 2. Dan DJJV  
Julia Harnisch  
Trainerin C / 1. Kyu DJJV

Die Kursgebühr beträgt einmalig 49,- € und ist vor Kursbeginn zu überweisen. Der Kurs findet bei einer Gruppengröße von 6 Personen statt. Die maximale Teilnehmeranzahl beträgt 12 Personen.  
*Volksbank eG Wolfenbüttel IBAN DE77 2709 2555 3055 4080 00*

**Stichwort: Ju-Jutsu Kurs 2024**

#### Anmeldungen können ab sofort erfolgen:

Jacqueline Budich  
Email: [jacqueline.budich@goshin-jutsu-no-michi.de](mailto:jacqueline.budich@goshin-jutsu-no-michi.de)

Frank Lambrecht  
Mobil: 0151 2046 59 35  
Homepage:

Email: [info@gjnm.de](mailto:info@gjnm.de)  
[www.Goshin-Jutsu-No-Michi.de](http://www.Goshin-Jutsu-No-Michi.de)

