



Einladung zu einem Landestechniklehrgang der SHJJV-Großmeister

- Referent/Thema: **10. Dan, Peter Schneider**
- Hebeln, Knebeln, Werfen, Raufen
- 9. Dan, Manfred Feuchthofen**
- Bewegungsverwandtschaften Beintechniken
- Weiterführungs- und Gegentechniken Hebel
- Kombinationen mit Nutzung der VN-Punkte
- 8. Dan, Stefan Jacobs**
- Freie Selbstverteidigung gegen waffenlose Angriffe (Teil I, II, III)
- 7. Dan, Jens Dykow**
- Handlungskomplex Hüftwurf / Koshi-nage: prüfungstauglich
 optimiert für Rücken und Knie
- Handlungskomplex Fersenrückwurf / Kagato-gaeshi: Beingreifer und Selbstfaller
- Handlungskomplex Armriegel / Kanuki-gatame: Vielseitig einsetzbar
- 6. Dan, Herbert Bünning**
- Pratzentraining
- 6. Dan, Philipp Wolf**
- Clinch - Techniken, Takedowns, Konter
- Gegentechniken - Konterkonzepte
- Bodentechniken - Technik & Taktik
- Zeit: **Samstag, 09. September 2023**
10:00 Uhr bis 17:00 Uhr
- Veranstalter: Schleswig-Holsteinischer Ju-Jutsu Verband e.V.
- Ausrichter: SV Grün Weiß Todenbüttel von 1920 e.V.
- Ort: Todenbüttel, Schulgelände
Hauptstraße 43
24819 Todenbüttel
- Leitung: Heiko Ott – Breitensportreferent des SHJJV
- Anmeldung: Per E-Mail bis zum 01.09.2023 an Heiko Ott unter:
breitensportreferent@shjiv.de
- Zielgruppe: Alle interessierten Sportlerinnen und Sportler ab 14. Jahre
- Lehrgangskosten: 20,00 € pro Person für Sportler(innen) mit gültiger DJJV-Beitragsmarke
25,00 € pro Person für Sportler(innen) ohne gültige DJJV-Beitragsmarke
+ 5,00 € ohne Anmeldung oder Meldung nach Meldeschluss

Hinweis: Die Trainingseinheit kann frei gewählt werden.
Es wird parallel auf drei Mattenflächen trainiert.
Jeder hat so die Möglichkeit bei jedem Großmeister trainieren zu können,
siehe Ablaufplan.

Bitte Pratzten mitbringen!

Am GWT-Kiosk können Kleinigkeiten zum Essen und Trinken erworben werden.

Haftung: Die Haftung des Ausrichters und des Veranstalters ist beschränkt auf Fälle, bei denen Teilnehmern / Mitgliedern durch Benutzung der Verbands- bzw. Vereinseinrichtung ein Schaden entsteht und einem Organmitglied oder einer sonstigen Person, für die der Ausrichter oder der Veranstalter nach den Vorschriften des Bürgerlichen Rechts einzustehen hat, Vorsatz oder grobe Fahrlässigkeit zur Last gelegt werden kann.

Teilnahme: Es gelten die Allgemeinen Hinweise zu Veranstaltungen des SHJJV e. V., die auch Hinweise zum Datenschutz beinhalten.
(www.shjjv.de/verband/informationen/downloads).

Schleswig-Holsteinischer Ju-Jutsu Verband e. V.
- Der Vorstand -

Landestechniklehrgang der Großmeister

Uhrzeit	Halle 1	Halle 2	Halle 3
10:00 - 11:00 Thema:	Herbert Bünning Pratzentraining	Peter Schneider Hebeln, Knebeln, Werfen, Raufen	Philipp Wolf Clinch - Techniken, Takedowns, Konter
11:10 - 12:00 Thema:	Jens Dykow Handlungskomplex Hüftwurf / Koshi-nage: prüfungstauglich optimiert für Rücken und Knie	Manfred Feuchthofen Bewegungsverwandtschaften Beintechniken	Stefan Jacobs Freie Selbstverteidigung gegen waffenlose Angriffe I
12:10 - 13:00 Thema:	Herbert Bünning Pratzentraining	Jens Dykow Handlungskomplex Fersenrückwurf / Kagato-gaeshi: Beingreifer und Selbstfaller	Philipp Wolf Gegentechniken - Konterkonzepte
13:00 - 14:00	Pause	Pause	Pause
14:00 - 15:00 Thema:	Jens Dykow Handlungskomplex Armriegel / Kanuki-gatame: Vielseitig einsetzbar	Manfred Feuchthofen Weiterführung-und Gegentechniken-Hebel	Peter Schneider Hebeln, Knebeln, Werfen, Raufen
15:10 - 16:00 Thema:	Stefan Jacobs Freie Selbstverteidigung gegen waffenlose Angriffe II	Herbert Bünning Pratzentraining	Philipp Wolf Bodentechniken - Technik & Taktik
16:10 - 17:00 Thema:	Stefan Jacobs Freie Selbstverteidigung gegen waffenlose Angriffe III	Manfred Feuchthofen Kombinationen mit Nutzung der VN-Punkte	Peter Schneider Hebeln, Knebeln, Werfen, Raufen