

„Braun Gurt Prüfung“

Landesprüfung des Schleswig-Holsteinischen Ju-Jutsu Verbandes e.V. in Norderstedt

Am Samstag, den 08.06.2024 stellte sich Joanna Grickschas vom Heidgrabener Sportverein von 1949 e.V. Jiu-Jitsu, der Prüfung zum 1. Kyu dem braunen Gürtel im Jiu-Jitsu Selbstverteidigung. Nach absolvieren der Grundtechniken von Ausweichen, Schlägen und Tritten sowie des Hebelns, Würgen, Transporttechniken und Würfes konnte sich Joanna gut entfalten und zeigte mit Ihrer Partnerin Gaby Blankenburg-Hollender 2. DAN, unbewaffnete und bewaffnete Abwehrtechniken.

Durch Gaby Blankenburg-Hollender als Trainerin bestens vorbereitet konnte Joanna Grickschas eine sehr gute Prüfung mit herausragenden Leistungen ablegen. Sie überzeugte die Prüfer durch energisch ausgeführte Techniken und ein hohes Maß an guter Vorbereitung. Techniken wie die Körperumklammerung oder die Abwehr von Würgeangriffen überzeugten die Jury.

Die angereisten Prüfer, Peter Schneider 10.DAN, Thomas Rinken 5.DAN und Christian Groffmann 5.DAN waren beeindruckt und überzeugt.

Der Heidgrabener Sportverein v. 1949 e.V. Gratuliert herzlich.

Information unter www.heidgrabener-sv.de.

In den Sommerferien findet das Training nach Absprache mit Gaby statt. Interessierte können sich unter 0175-4328690 oder gabyhollender@live.com anmelden.

Text: Gaby Blankenburg-Hollender

Foto: Monique Blankenburg