

10-jähriges Bestehen des BJJ Teams Neustadt

Anlässlich des 10-jährigen Jubiläums des BJJ Teams Neustadt fand ein besonderer Lehrgang statt, der zahlreiche Teilnehmer aus ganz Deutschland begeisterte.

Im ersten Teil unterrichtete Mario Stapel, 5. Dan BJJ, BJJ Combatives, die sich auf Selbstverteidigung sowohl im Stand als auch am Boden konzentrierte. Dabei waren auch Techniken zur Verteidigung gegen Messerangriffe, wobei Stapel eindringlich betonte: „Sei kein Held“, und vermittelte, wie wichtig es ist, gefährliche Situationen zu entschärfen, ohne unnötige Risiken einzugehen. Im zweiten Teil übernahm Philipp Wolf, 2. Dan BJJ, das Training. Sein Schwerpunkt lag auf der Mastery von Chokes und der Verteidigung dieser aus verschiedenen Positionen. Bei der Befreiung konzentrierte Philipp auf die letzte Verteidigungsstufe, wenn Würger schon voll angesetzt ist. Der Lehrgang bot den Teilnehmern wertvolle Lektionen und feierte das Jubiläum des Teams auf eindrucksvolle Weise.