

Kinder- und Jugendlehrgang im SV Grönwohld am Weltkindertag

Am Sonntag, den 20. September 2026, fand passend zum Weltkindertag ein Kinder- und Jugendlehrgang im Ju-Jutsu beim SV Grönwohld statt. Geleitet wurde dieser von den beiden Referenten Bianca und Lennart Gebhardt, die sich auch durch ihre Tätigkeit als Jugendreferentin sowie Jugendvertreter in der Verbandsarbeit engagieren.

Über 30 motivierte und engagierte Teilnehmer kamen zusammen, um gemeinsam zu trainieren, neue Erfahrungen zu sammeln und ihre Fähigkeiten im Ju-Jutsu weiterzuentwickeln.

Im Mittelpunkt des Lehrgangs standen die Themen Koordination, Kondition und Motivation sowie das neue Prüfungsfach „Freie Selbstverteidigung (Freie SV)“. Dabei konnten die Teilnehmer sowohl ihre körperlichen Fähigkeiten verbessern als auch wichtige praktische Erfahrungen im Bereich der freien Selbstverteidigung sammeln.

Die verschiedenen Schwerpunkte wurden im Laufe des Lehrgangs intensiv behandelt und erfolgreich umgesetzt. Durch die engagierte Mitarbeit der Teilnehmer und die kompetente Vermittlung der Referenten entstand eine motivierende Trainingsatmosphäre, in der alle die Möglichkeit hatten, aktiv mitzumachen und dazuzulernen.

Insgesamt war der Kinder- und Jugendlehrgang ein gelungener und abwechslungsreicher Trainingstag, der den Teilnehmern viele neue Impulse und wertvolle Erfahrungen für ihr weiteres Ju-Jutsu-Training mitgeben konnte.