


# Ausschreibung

## Judobezogene Selbstverteidigung – Spagat zwischen Anspruch und Wirklichkeit, Teil 3

- Themenkomplexe: 1. Einführende Bemerkungen:  
Durch welche Merkmale ist eine realistische SV gekennzeichnet?  
2. Fallübungen unter dem Blickwinkel von SV-Situationen  
3. Grundformen weiterführender Atemi-Techniken  
4. Realistische Anwendungen für weitere typische Angriffsgruppen  
5. Basistechniken zur Verteidigung gegen Alltagsgegenstände  
Basistechniken zur Verteidigung mit Alltagsgegenständen
- Veranstalter: Brandenburgischer Judoverband e. V.
- Fachliche Leitung: Diplom-Sportlehrer Stefan Grau (Sportlehrer am OSZ I in Oranienburg, Schulsportreferent des BJV, Gruppenverantwortlicher der Region Nordost der Schulsportkommission des DJB, IV. Dan -Judo, II. Dan -Karate)
- Technische Leitung: Dipl.-Ing. D. Krüger (Referent Breitensport im Vorstand des BJV, IV. Dan – Judo, Trainer B)
- Ort: Trainingsstätte des KSC Strausberg, Abt. Judo, 15344 Strausberg, Landhausstr. 16 -18, Dojo (Tel.: 03341-421083)
- Termin: **Samstag, den 17.09. 2011**
- Zeitplan: Anreise: bis 09.30 Uhr  
Begrüßung/Eröffnung: 10.00 Uhr  
Mittagspause: ca. 12.00 Uhr  
Ende des Lehrganges: ca. 16.30 Uhr
- 
- Gebühren: 35,- € pro Teilnehmer/-in
- Bestätigung: Die Teilnahme am Lehrgang wird im Judopass bestätigt
- Meldung: verbindliche Meldung bitte bis spätestens Freitag, den 10.09. 2011 schriftlich an: D. Krüger, 15712 Königs Wusterhausen, Karl-Marx-Str. 132 oder per Fax; 0 33 75 – 525 38 25
- Teilnehmeranzahl: Der Lehrgang findet erst ab einer Gruppenstärke von 10 Personen statt.
- Übungsfläche: vier Tatamis á 6 x 6 m
- mitzubringen sind: ein eigener Judoanzug (bei Bedarf können Jacken/Gürtel zur Verfügung gestellt werden, bei der Anmeldung bitte angeben); persönliche Sportsachen ohne z.B. Reißverschlüsse; Sportlatschen, keine Turn- oder Gymnastikschuhe; Schreibunterlagen, gute Laune
- Haftung: Der Veranstalter schließt jegliche Haftung aus.
- Imbiss/Sonstiges: ist im Klub- und Seminarraum zu akkuraten Preisen vorhanden, bitte den gesamten inneren Sportbereich außerhalb der Judomatte mit Sportlatschen, die Judomatte selbst nur barfuß oder auf Strümpfen betreten.
- Anreise: über die BAB 10 Abfahrt Nr. 4, Berlin-Hellersdorf/Berlin-Zentrum/Strausberg, auf die B1/B5 in Richtung Strausberg/ Müncheberg, nach ca. 2,5 km links ab auf die L 303 über Eggersdorf nach Strausberg, nach 6,5 km rechts ab in die Landhausstraße bis zum Sport- und Erholungszentrum oder S-/Regionalbahn bis Bahnhof Strausberg, weiter mit der Stadtlinie bis zur Haltestelle Landhausstraße

Wir wünschen allen Teilnehmern eine gute An- und Abreise sowie einen erfolgreichen  
Verlauf des Lehrganges.