# LANDESJUGEND-LEHRGANG 20.09.2026 in Grönwohld

## SUPERHELDENTRAINING "SCHLAUER STATT AUA"

Am Weltkindertag sind Andreas und Kai mit 7 unserer Kinder und Jugendlichen zu einem Jugendlehrgang der ganz besonderen Art gefahren.

Bianca und Lennart Gebhardt hatten sich tolle Techniken zur effektiven freien Selbstverteidigung ausgedacht, deren Umsetzung allen Teilnehmern sichtlich Spaß machten.

Doch das Highlight war definitiv, dass zum Schluss auf einen Boxdummy und einen Erwachsenem in einem Vollschutzanzug eingeprügelt werden durfte.

