

SELBST- VERTEIDIGUNGS- WORKSHOP

26.02.-18.03.2024
in Mölln

DURCHWEG POSITIVE RESONANZ

Es hat richtig Spaß gemacht!

Die Idee, den Selbstverteidigungs-Lehrgang in das reguläre Ju-Jutsu-Training der Erwachsenen zu integrieren, war ein voller Erfolg.

An vier Montagen hintereinander haben an Selbstverteidigung Interessierte mit unseren Ju-Jutsukas trainiert. Und gerade diese Mischung hat ein tolle Dynamik in die Übungen gebracht. Dadurch gab es viel mehr Praxis und echte Herausforderungen in der Gegenwehr, als bei den sonst üblichen Selbstverteidigungskursen.

