

国際武道館連盟

Kokusai Budokan Renmei
Internat. Vereinigung von Kampfkunstschulen

ABTEILUNGSLEITER: NORBERT SPRING

Tel.: 08145/1490

eMail: springpower@t-online.de
JJ@FSV-Aufkirchen.de

Internet: www.fsv-aufkirchen.de

◆ Realistische Selbstverteidigung mit und ohne Waffen – Goshin-Jitsu 護身術

>> Das ist der Schwerpunkt in der Budo-Abteilung des FSV Aufkirchen. Einzelne Stilrichtungen siehe unser entsprechendes Info-Blatt.

Weitere Infos – plus Bilder usw. auch unter www.goshin-jitsu.eu, www.shinkendo.com,
und für das Nachbar-Dojo FFB: www.wensauer-security.de

Training jeden Mittwoch in der Mehrzweckhalle Aufkirchen und samstags am Nachmittag bei besonderen Anlässen wie Prüfungsvorbereitungen, spezielle Themen, Prüfungsveranstaltungen. Probetraining jederzeit kostenlos möglich. Einfach vorbeikommen, zusehen und mitmachen. Ein beliebiger Trainingsanzug reicht am ersten Tag aus. Weiteres pers. bei N. Spring, s. o.!

Selbstverteidigung (SV) als zeitgemäßer effektiver „Straßenkampf“ mit traditionellen Wurzeln:

Grundschule:

Bewegungslehre, Gleichgewicht, Koordination, Körpergefühl. Fallschule. Theorie. Halte- und Transportgriffe, Würfe, Hebel- und Würgetechniken. Blöcke, Schlag- und Stoßtechniken, Hierbe und Tritte. Stand- und Bodentechniken.

Selbstverteidigung waffenlos:

Effektive Techniken unter kompromissloser Ausnutzung der aktuellen Gegebenheiten vor Ort, auch gegen bewaffnete Angriffe.

Selbstverteidigung mit Hilfsmitteln:

Allerdings nicht mit Waffen, die rechtliche Probleme bringen könnten, sondern mit „Gegenständen des täglichen Gebrauches“, von Schirm über Stock bis zum Kugelschreiber. – Und alles was erreichbar und dem Zweck dienlich ist.

Angriff ist die beste Verteidigung??

Taktik und Strategie – von Konfliktvermeidung über Abwehrbereitschaft, Situationsbeurteilung und Deeskalation bis zu Streitverhalten und Nahkampf.

Selbstwertgefühl und Selbstachtung:

– Was ist das eigentlich für ein Wert, den wir da außer der Geldbörse noch verteidigen? Eine gesunde innere Einstellung von Selbstvertrauen bis Lebens- und „Siegewillen“ ist etwas, das wir pflegen und fördern sollten.