

# Ju-Jutsu Allkampf Lehrgang

**Andreas Tanau**

Mitglied im Deutschen Judo Bund  
und der Deutsch-Asiatischen  
Kampfsport Organisation

09.03.2024

## 3. Dan Judo, 2. Dan Ju-Jutsu Allkampf

### Was ist Ju-Jutsu Allkampf?

Ju-Jutsu Allkampf kommt traditionell aus Japan und verbindet verschiedene Techniken aus diversen Kampfsportarten und wird immer fortwährend weiter entwickelt.

### Wofür ist es gedacht?

Ju-Jutsu ist nicht nur ein sehr vielseitiger Sport, sondern bietet vor allen Dingen eine Vorbereitung auf mögliche Angriffssituationen, die in Jedermanns Alltag passieren können.

**Wann:** Am Samstag, dem 09. März 2024

10.00 bis 12.00 Uhr Trainingseinheit 1  
12.00 bis 13.00 Uhr Pause  
13.00 bis 14.30 Uhr Trainingseinheit 2  
14.30 bis 14.45 Uhr Pause  
14.45 bis 15.45 Uhr Trainingseinheit 3

**Freie Verpflegung!**

Wander-Geschirr bitte selbst mitbringen.  
Kann aber auch käuflich erworben werden!  
(Edelstahl-Geschirr-Set = 15 Euro)

**Wo:** Sporthalle des Sportamtes Chemnitz  
Alfred-Neubert-Str. 21 in Chemnitz

**Kosten:** 20 Euro zu Beginn des Seminars in der Halle

**Info:** Gerd Hahnemann ☎ 0176 21436284  
✉ ghahnemann@t-online.de 🌐 [www.kampfkunstteam.de](http://www.kampfkunstteam.de)

**Trainings-  
inhalte:**

- Abwehr gegen Faustschläge
- Hebelketten im Stand
- Befreiungen aus verschiedenen Festhalten  
und Umklammerungen
- u.a.

**! Stilrichtungs-  
übergreifend!**

### Hinweise:

Mit der Teilnahme am Seminar erklärt jede(r) Teilnehmer(in) seine Zustimmung, Fotos / Filme, auf denen er / sie abgebildet ist, für die Veröffentlichung zu nutzen. Selbstverständlich kann in jedem Fall durch eigenständiges Handeln (z.B. Verlassen des Motivkreises) eine Ablichtung verhindert werden!

