

Jiu-Jitsu in Pewsum (Nr. 66)

Wann? Wo? Wer?

Termin: donnerstags von 16.30 - 18.00 Uhr

Ort: Sportheim Upleward

Leitung: Frau Murra
1. Dan Jiu-Jitsu

Teilnehmer: Schülerinnen und Schüler ab Klasse 5

Was erwartet dich in dieser Arbeitsgemeinschaft?

Jiu-Jitsu

Jiu-Jitsu ist eine der ältesten japanischen Selbstverteidigungssysteme, welches schon von den Samurais gelernt und gelehrt wurde. Diese Disziplin ist trotz ihrer Geschmeidigkeit und Weichheit eine effektive Selbstverteidigung, welche auf dem Prinzip „NACHGEBEN UM ZU SIEGEN“ beruht.

Nachgeben um zu siegen heißt die Bewegung des Partners ausnutzen, um diese somit zum eigenen Vorteil umzuwandeln.

Willkommen sind Schülerinnen und Schüler mit und ohne Kampfsporterfahrung.