

# SELBSTVERTEIDIGUNG

Werde ich im Ernstfall "gelähmt vor Angst" erstarren oder werde ich reagieren? Soll ich mich überhaupt wehren oder ist es besser nichts zu tun?

Der Mensch lernt Abläufe, Handgriffe, Bewegungen und reagiert automatisch schnell und richtig!

(Siehe Autofahren!! Wer überlegt noch welcher Fuß, für das Bremsen oder Kupplern, sich wie bewegen muss!!)



Unser Training ist danach ausgerichtet, jeden, egal welche körperliche Voraussetzungen, darauf zu schulen sich mit einfachen aber effektiven Techniken gegen einen potentiellen Angreifer zur Wehr zu setzen und die eigene Körperkraft (Masse) gezielt einzusetzen! Oft wird unterschätzt, was man bei einem Angriff mit der körperlichen Masse ausrichten kann, bzw. hat man nie gelernt seine Körperkraft richtig einzusetzen.



Bei uns trainierst Du mit Übungspartnern, Schlagpolstern und Trainingsgeräten und erlernst potentielle Angreifer mit gezielten Tritten und Schlägen abzuwehren. Das regelmäßige Üben und Wiederholen von taktischen Szenarien (Gefahrenanalyse, Lagebeurteilung, Verhalten, Körpersprache) und technischen Training (Schläge, Tritte, Hebel, Würfe, etc.) sind die Antwort auf mögliche körperliche Aggression!

Zusätzlich wird auch das nötige Selbstvertrauen in die eigenen Fähigkeiten - sich selbst und seine liebsten zu schützen - gestärkt!

# 家族流柔術

## SELBSTVERTEIDIGUNG

# KAZOKU

PARNDORF [kazoku.at](http://kazoku.at)

### Erfolgreiche Prüfungen

Wir gratulieren unseren Sportlern zu Ihren erfolgreichen Prüfungen!



Natalie 5.Kyu, Leonie, Stefanie, Renate 1.Kyu und Stefan 3.Dan!



### TRAININGSZEITEN

Dienstag & Donnerstag, 19:00 - 20:30 Uhr

Bitte beachtet die Covid-Verordnung!

Info: T 0676/3228085

M: [mail@kazoku.at](mailto:mail@kazoku.at)

S: [www.kazoku.at](http://www.kazoku.at)



[www.facebook.com/svgoshindojujitsu](https://www.facebook.com/svgoshindojujitsu)

Fotos: Kazoku

家族流 GRATIS "SCHNUPPER" TRAINING 家族流