

SELBSTVERTEIDIGUNG

Wir erweitern unser Angebot!!!

Zusätzlich zu unserem Selbstverteidigungsstil "Kazoku Ryu Jiu Jitsu" bieten wir ab Jänner auch "Kazoku Ryu Bo Jutsu"!

Bo Jutsu – der Langstock als Waffe der japanischen Bauern

Bo Jutsu hat viele **Vorteile:**

- keine Vorkenntnisse erforderlich.
- Jeder kann sofort mit dem Training beginnen.
- Übungen für Anfänger und Fortgeschrittene.

Es macht auch sofort Spaß, den Stock zu Schwingen und zu Wirbeln.

Der Bo (Langstock 182cm) ist ein hervorragendes Übungsgerät für die Kondition. Er knetet dabei den Körper so richtig von innen durch. Sehnen und Bänder werden flexibler und alle Muskeln sind zudem gleichzeitig gefordert.

Somit ist Bo Jutsu ein sehr guter Einstieg in die Welt der japanischen Kampfkünste. Einfach nur Du und der Stock!

Die Bewegungen der Hände in den Stockübungen sind den Techniken der „leeren Hand“ ähnlich. Der Stock wird dabei zu einer erweiterten Hand. Darum wird Bo Jutsu in japanischen Kampfkunstschulen oft auch als Zusatztraining angeboten.

Wir bieten das Training mit dem Stock in den Varianten "Bo" (Langstock), "Hanbo" (halber Bo), "Jo" (121cm) und Kali (doppel Stock) jeden Donnerstag 18:00 - 19:30 Uhr an.

Info: T 0676/3228085

M: mail@kazoku.at

S: www.kazoku.at

 www.facebook.com/svgoshindojiujitsu

愚公山を移す

Der Mann, der den Berg abtrug, war derselbe, der anfang, kleine Steine wegzutragen.

TRAININGSZEITEN

Dienstag 18 - 20 Uhr Selbstverteidigung "Kazoku Ryu Jiu Jitsu"
Dienstag 20 - 21 Uhr Jiu Jitsu im Jiu Jitsu Club Dojo

Donnerstag 18:00 - 19:30 Uhr "Kazoku Ryu Bo Jutsu"
Donnerstag 20:00 - 21:00 Uhr Jiu Jitsu im Jiu Jitsu Club Dojo

Unsere Trainer, Fuku Shidojin Stefan Rainer sen. und Sensei Stefan Rainer jun. freuen sich auf neue Schüler!

Wir wünschen allen ein frohes Weihnachtsfest, einen guten Rutsch und natürlich ein gesundes, sportliches Jahr 2021!!

家族流柔術

SELBSTVERTEIDIGUNG

KAZOKU

PARNDORF  kazoku.at



Fotos: Kazoku

家族

SICHER DIR JETZT EIN MONAT GRATIS TRAINING!!!

Anruf oder e-Mail und Du hast Dein MONAT GRATIS TRAINING bei uns sicher!!

Dein gratis Monat läuft erst ab Freigabe der Kontaktsportarten!