

Lehrgang der SG Stahl Blankenburg



Weniger sportlicher Zweikampf als realistische Selbstverteidigung stand im Mittelpunkt eines Lehrgangs der SG Stahl Blankenburg, Abt. Jiu-Jitsu am 6. Oktober.

Mit Frank Pely, 5. Dan Karate, 4. MG SaCO (Self-Defense and Close Combat Organization) hatten die Kampfsportler einen kompetenten Fachmann als Referenten eingeladen.

Während zuerst Abwehrtechniken gegen Faust- und Fußangriffe trainiert wurden, standen Verteidigungsmöglichkeiten in besonderen Situationen im Mittelpunkt des zweiten Teils. Nach dem Motto „Was wäre wenn ...“ wurden verschiedene alltägliche Situationen durchgespielt und Möglichkeiten aufgezeigt, sich wirkungsvoll zu behaupten.

Da auch der Spaß am Training nicht zu kurz kam, vergingen vier intensive und lehrreiche Stunden recht schnell.

