



### **Bericht:**

Selbstverteidigungskurs für Menschen mit Handicap am 06.04.2019 in Donauwörth/St. Johannesstift

#### Themen:

- Praktischen Technikanwendungen aus den Stilrichtungen B- Goshin und Kyusho-Jitsu.
- Vorstellung verschiedener Hilfsmittel wie Sicherheitsalarm, Pfeife , Pfefferspray , Kubotan usw.

Die Teilnehmer waren trotz unterschiedlichster Einschränkungen hoch motiviert und mit Begeisterung bei der Sache. Sie konnten viele Techniken gegen verschiedene Angriffe kennenlernen und üben. Dazu kam Theorie über Selbstbehauptung, Notwehr, Waffenrecht und Verhältnismässigkeit.

Alle Teilnehmer haben sich im Anschluss zu regelmäßigen Trainings entschlossen. Es wurde sogar über Vorführungen/Demos im Rahmen anderer Veranstaltungen gesprochen.

Ein Dank an die Co-Trainer Marco aus dem Dojo Bäumenheim und Carina Heiningen für das tolle Gelingen und die gute Zusammenarbeit.

Weitere Kurse werden folgen.

Siebold Wolfgang

Sensei B-Goshin