

護身術

Goshin-Jitsu



- > übernehmen Sie ihren eigenen **Personenschutz**
- > realistische Selbstverteidigung mit und ohne Hilfsmittel / Waffen

護 Go → Schutz
身 Shin → Person

Turn- und Sportverein
Fürstenfeldbruck e. V.

Abteilung
Judo & Selbstverteidigung

www.tus-ffb-judo-selbstverteidigung.de

Goshin in der KBR – Selbstschutz allgemein

Kunst der Selbstverteidigung (SV) *allgemein*, Nahkampf, realistische SV „für die Praxis“. Auf den Grundlagen des Jiu-Jitsu, jedoch ohne einschränkende Stilrichtungs-Vorschriften.

Grundschule

Schlagen und Stoßen mit Händen und Füßen, Blöcke, Stand- und Bodentechniken. Halte- und Transportgriffe, Würfe, Hebel- und Würgetechniken. Nervendruck-Techniken. Theorie (von Selbstachtung über Selbstverteidigung bis zu den Grundzügen von **Notwehr**, Waffenrecht und Erste Hilfe).

Selbstverteidigung waffenlos

effektive Techniken unter kompromissloser Ausnützung der Gegebenheiten, auch gegen bewaffnete Angriffe.

Selbstverteidigung mit Hilfsmitteln

allerdings nicht mit Waffen, die rechtliche Probleme bringen könnten, sondern mit „Gegenständen des täglichen Gebrauches“ vom Kugelschreiber über den Schal bis zum Regenschirm.

Angriff ist die beste Verteidigung??

Taktik und Strategie – von Konfliktvermeidung über Abwehrbereitschaft und Situationsbeurteilung bis zu Streitverhalten und Nahkampf taktik.

Selbstwertgefühl und Selbstachtung

... was ist das eigentlich für ein Wert, den wir da verteidigen?

Eine gesunde innere Einstellung von Selbstvertrauen bis Lebens- und „Siegewillen“ ist etwas, das wir pflegen und fördern sollten.

国
際
武
道
館
連
盟

