



# JU-JUTSU VERBAND BADEN e.V.

Fachverband für moderne Selbstverteidigung und Kampfsport  
Mitglied im Deutschen Ju-Jutsu Verband e.V.  
Mitglied im Badischen Sportbund e.V.  
Mitglied im Landessportverband Baden-Württemberg e.V.  
Mitglied in der ARGE Ju-Jutsu Leistungssport Baden-Württemberg



## “Train the Trainer” Seminar im JJVB

**VERANSTALTER:** **Ju-Jutsu Verband Baden e.V.**

**AUSRICHTER:** **Polizeisportverein Karlsruhe e.V.**

**DATUM:** **Samstag, 01.10.2022 von 11.00 bis 18.00 Uhr inkl. Pausen**

**ORT:** **PSV Karlsruhe, Edgar-Heller-Str. 19, 76227 Karlsruhe in Halle 1**

**TEILNEHMER/-INNEN:** Alle Vereinstrainer/innen und Lizenzträger  
Maximal 50 Teilnehmer/innen

**LEITUNG:** Lehrreferent, **Achim Hanke, 8. Dan JJ**, Trainer A LSP & BSP

**REFERENT/-IN:** **Stefan Matthießen, 5. Dan JJ**, Trainer A, Fachwirt Konfliktmanagement  
**Matthias Huber, 5. Dan JJ**, Diplomtrainer Lizenz, Direktor Bildung im JJVB  
**Günter Beier, 7. Dan JJ**, Trainer A, AG SV Lizenz, Präsident JJVB

**THEMA:** **Wie verbessere ich mein Vereinstraining**  
Gymnastik, sinnvoller Aufbau und Auswahl der Übungen  
Spiele und Übungsformen  
Grundlagen und Beispiele für die Basiswurftechniken im JJ  
Atemtechniken- Grundlagen und Möglichkeiten  
Uchi-Komi Übungsformen für Technikbeispiele und Koordination  
Drills für das JJ-Training  
Pratzen und Schlagpolster im Einsatz für Technik, Schlagkraft und Koordination  
Circuit Training für Kondition, Koordination, Motorik und Abwechslung

**LEHRGANGS-GEBÜHR:** **25.-€** zahlbar am Lehrgangstag

**ANMELDUNG:** bis zum **27. September 2022 über die Homepage des JJVB**  
JJVB-Geschäftsstelle, Salzelmenerstr.12, 74906 Bad Rappenau,  
Tel.-Nr.: 07264 / 205520, E-Mail: [geschaefsstelle@jjbaden.de](mailto:geschaefsstelle@jjbaden.de)  
Lehrreferent Achim Hanke, [lehre@jjbaden.de](mailto:lehre@jjbaden.de)

Meldungen: <http://seminare.ju-jutsu-in-baden.de/> unter LEHRGÄNGE

**HINWEISE / SONSTIGES:** Bitte Schutzausrüstung, Pratzen und Schlagpolster, sowie Stock und Schützer mitbringen.

Max. 50 Teilnehmer können zugelassen werden.  
Die jeweilige aktuelle Corona Verordnung des Landes BW wird eingehalten.  
Kontroll-Liste wird vor dem Lehrgang geführt.

Lehrgang zählt als Verlängerungstunden zu den Lizenzen C, B und A

gez. **ACHIM HANKE LEHRREFERENT BADEN, 24. Mai 2022, achimhanke@t-online.de**