Kyusho-Jitsu und Selbstverteidigungs-Seminar mit Sensei Jürgen Kraus

5. Dan Karate; 9. Dan Kyusho

Trainingszeiten

10:00 Uhr – 13:30 Uhr
(mit Pausen)

Kyusho Jitsu

- Erläuterung der 12 Meridiane und deren Integrierung in das Karate-Training
- Unterschied Kyusho-Jitsu vs. Dianxue/ Dim Mak
- Kata-Bunkai unter Anwendung der Vitalpunkte in den Shotokan-Katas "Tekki 1 – 3"

14:00 Uhr bis 17:00 Uhr
(mit Pausen)

Selbstverteidigung mit Kyusho Jitsu

- Abwehr von gefährlichen und gesundheitsgefährdenden Angriffen unter Einsatz der eigenen körperlichen Mittel und Möglichkeiten im Einklang mit effektiven Körperbewegungen
- Abwehr von gefährlichen und gesundheitsgefährdenden Angriffen unter Einbeziehungen von Alltagsgegenständen bzw. Gegenstände die man mit sich führt
- Anwendung des Kuatsu und der Akupressur im Alltag

Termin : **Sonnabend, den 24.10.2026**

Ort : **06179 Teutschenthal OT Langenbogen**
Turnhalle Paul-Schmidt-Straße 11b

Gebühr : **30.- Euro beide Trainingskomplexe**
20.- Euro einen Trainingskomplex

Für einen kleinen Imbiss wird gesorgt

Bitte um kurze Teilnahmeinfo per E-Mail :
Karate.Teutschenthal@email.de

Der Ausrichter lehnt jegliche Haftung ab.
Im Rahmen des Lehrganges gefertigte Bild-und Videoaufnahmen werde zu Werbezwecken vom Verein verwendet. Bei Nichteinverständnis muss beim Veranstalter vor Beginn widersprochen werden.