

# Judo-Prinzipien



Für alle Budoka und Budo-Interessierte,  
alle Verbände und Stilrichtungen!

**Egal wie alt, egal welche körperliche Voraussetzung man hat,  
JEDER ist herzlich Willkommen !!!**

**Referent:** René Sallier  
5. Dan Judo

**Thema:** Judo-Prinzipien

Von der Griffkombination (Kumi Katta), zum Gleichgewichtsbruch (Kuzushi),  
zum Wurfeingang (Tsukuri) und zum Niederwurf (Kake)

Demonstriert und veranschaulicht an einem Wurf.

Das Erarbeiten für den Griff und die der Varianten kann unter verschiedenen  
Gesichtspunkten betrachtet werden – hier der Breitensport, die Selbstverteidigung  
und der Wettkampf.

## **VORAUSSICHTLICH**

**Wann:** 24. Juli 2021  
11:00 – 16:00 Uhr

**Wo:** Jiu-Jitsu Dojo  
Lemgoer Str. 38, 39576 Hansestadt Stendal

**Kosten:** Mitglieder der DJJA 15,- € / Teilnehmer  
Nichtmitglieder der DJJA 20,- € / Teilnehmer

**Grillabend** (inkl. Speisen und Getränke) 5,- € / Person

**Anmeldung:** verbindliche Anmeldung bis spätestens 18.07.2021 über  
E-Mail: Steffi\_Gericke@vodafone.de WhatsApp: 0 177 / 57 26 176

**Sonstiges:** kleiner Imbiss zu günstigen Preisen vor Ort

**Haftung:** Veranstalter (DJJA e.V.) und Ausrichter (DJJA e.V.) übernehmen keinerlei Haftung!  
Die Teilnehmer müssen selbst für ausreichenden Versicherungsschutz sorgen!!!

lfd. Nr.	Name	Vorname	Seminar		Grillabend (5,- €)
			Mitglied (15,- €)	Nichtmitglied (20,- €)	

Verein: \_\_\_\_\_