

Am Samstag, dem 26. Juni 2004 fand ab 11.00 Uhr ein spezieller Jiu Jitsu Techniklehrgang „Abwehr- Sicherungs- und Transporttechniken“ unseres Vereins statt an dem auch unsere Kinder und Jugendlichen teilnahmen.

Leider musste uns der angekündigte japanische Lehrgangsreferent Nihan Yanaga 3. DAN Jiu Jitsu und 5. DAN Laido (Kunst des Schwertkampfes) kurzfristig absagen, da er sich tags zuvor beim Training an der Uni Mainz verletzt hatte.

Dennoch hatten wir eine sehr interessante Trainingseinheit absolviert, da uns der Bruder unseres Trainers „Raul de la Fuente“ 1. DAN Jiu Jitsu und Judo, der auch an der Uni in Mainz trainiert und vertretungsweise einsprang eine anspruchsvolle und eindrucksvolle Trainingseinheit darbot.

Hier einige Auszüge von dem durchaus gelungenen und aufschlussreichem Training.



Hier zeigt Raul die Abwehr eines seitlichen Stockangriffs



und anschließend festlegen mit Schulterheber





Abwehr eines seitlichen Schwitzkastenangriff



Weiterleiten und fegen der Schlaghand



weiterleiten und fixieren des Angreiferarms



ein sehr gelungener Tomoe Nage (Körperwurf)



Ausführung einer spez. Transporttechnik



Festlegen des Angreifers mit Schulterhebelansatz



Auch unsere Kids mussten hier ran



Festlegen des Angreifer mit Ude Garami (Armbeugehebel)



ausweichen und einleiten eines Kipphandhebels



mit anschließendem Schulterhebel



Spezielle Transporttechnik durch Hebelwirkung



Vorbereitung der Transporttechnik links



Unsere Kids beim üben und fixieren und Sicherung des Angreifer in der Bodenlage





Ja so ein paar Rattanstöcke machen einen fertig



Vorbereitung eines Transporthebel aus der Bodenlage



Schulterheber am Boden



Schulterstopp nach Schlagangriff



Handhebel und Schulterhebel



Hebeln der waffenführenden Hand am Boden



Vorbereitung der Transporttechnik



Weiterleiten des waffenführenden Arms





Früh übt sich wer ein ...

