



NINJUTSU INSIDE 14.05.22 /Start 15.00 bis 18.30 Uhr

Mit Thorsten Ritz & Oliver Schindelhauer

Themen:

Traditionelle japanische Kampfkünste (kurz Vortag).

Start: 15.00 kurze Erklärung was Ninjutsu ist.

Taihenjutsu (Fallschule). Warming Up :

Zenpo Kaiten, Koho Kaiten, Sokuho Kaiten, Zenpo Ukemi, Koho Ukemi, Sokuho Ukemi, Tachi Nagare, Yoko Nagare, Jun Nagare

Gyaku Nagare, Oten, Happo Tenchi Tobi, Tobi Komi, Tobi Ori, Taijutsu, Sabaki Gata Ausweichen in verschiedenen Richtungen

(Körperbeherrschung).

Jutaijutsu (Griffe, Hebel, Omote Gyaku, Ura Gyaku, Ude Gatame, Muso Dori, Musha Dori, Kontrolltechniken).

Dakentaijutsu (Stoß, und Schlagtechniken). Fudoken, Unken, Aken, Ryuken usw

Koshijutsu (Angriffe gegen Muskeln & Nerven). Tanren Koshijutsu

Referenten:

Thorsten Ritz

9 Dan Ninjutsu, 7 Dan JuJutsu, Master Instructor Tanbo, Fusarifundo, Tanto, Master Instuctor Bujikan Budo Taijutsu, Master Instructor Jissen Jinenkan Kobudo, Instructor Asayama Ichiden Ryu, Instructor Koto Ryu Koppojutsu , Shinden Fudo Ryu. Menkyo Kaiden Shihan Hanbo/Bojutsu.

Oliver Schindelhauer

2 Dan Ninjutsu, 2 Dan JuJutsu, 3 Dan Bujikan Budo Taijutsu Instructor Asayama Ichiden Ryu, Instructor Koto Ryu, Shinden Fudo Ryu. Shoden Gata Instructor Hanbojutsu. Instructor Tanto, Bo.

Datum/Zeit: 14.05.22 / 18:30 Uhr Ende

**Prüfung (NICHT MÖGLICH)
Vor Anmeldung erforderlich!**

Ort: Sporthaus ATS Buntentor 3 Etage Dojo

(Achtung: Zufahrt) Parken in der Claudius Straße

Teilnehmer: Maximal 20

Alle interessierten Sportlerinnen und Sportler aller Stile und Verbände aller Leistungsstufen
(Bei Bedarf werden die Trainingseinheiten nach Leistungsstufen gestaffelt.)

Kosten:

IJJA ,DJJA ,HNBF -Mitglieder: 10,- Euro

Nicht-Verbandsmitglieder: 25,- Euro

+ 5,00 € ohne Anmeldung oder Anmeldung nach dem Beginn

Ausrüstung: Nicht, Trinkwasser

Hinweise:

Mindestalter: 14 Jahre!

Aus organisatorischen Gründen bitten wir um eine Voranmeldung per E-Mail bis zum

Wichtig:

Der Veranstalter übernimmt keine Haftung. Die Teilnahme ist auf eigene Verantwortung!

Teilnehmer/innen sind mit der Veröffentlichung von Foto und Videoaufnahmen einverstanden. Falls nicht, muss der/die Teilnehmer/in extra darauf hinweisen.

Ein Großteil der Techniken ist gefährlich, für Verletzungen jeglicher Art wird keine Haftung übernommen!

