

# Erfolgreiche Jiu-Jitsu-Gürtelprüfung

## Drei-Tage-Schnupperkurs für Erwachsene mit drei Schwerpunkten ab 26. September

Osterhofen. (jr) Die Gürtel werden immer dunkler und die Freude wird immer größer. Ein wahres Strahlen hatten die sechzehn Jiu-Jitsu Prüflinge des Turnverein Osterhofen, Abteilung „Jiu-Jitsu“ vergangener Tage im Gesicht. Nach einer langen Vorbereitungsphase durften sie stolz ihren Gürtel in Empfang nehmen.

Hervorzuheben ist gehobene Graduierung zum 2. Kyu (blauen Gürtel) für die von Cassandra Papavlassopoulos erkämpften Leistungen. Besonders erwähnenswert sind die, aufgrund langjähriger Zugehörigkeit zum Dojo erweiterten Prüfungsanforderungen der Gürtelprüfung zum 4. Kyu (weiß-grün) durch Johannes Weinzierl und Lucas Willmerding. Lob verdienen auch folgende Ränge, die durch die Kinder und Jugendlichen abgelegt wurden: 5. Kyu (oranger Gürtel): Barbara Baur; 6. Kyu (weiß-oranger Gürtel): Adrian Mund und Athina Papavlassopoulos; 8. Kyu (weiß-gelber Gürtel): Larissa Bartl, Romy Edtmeier, Lea Geiger, Benjamin Hackenbuchner, Max Herrmann, Tim Kremheller, Sophie Müller, Florian Sandweger, Lena Sandweger und Stefan Wagner.

Jiu-Jitsu ist die traditionelle, von den japanischen Samurai stammende Kunst der waffenlosen Selbstverteidigung. Die Wurzeln dieser Kampfkunst gehen bis in das 17. Jahrhundert zurück. Jiu-Jitsu wird seit 1988 im Dojo (jap. Schule) im TV Osterhofen unterwiesen. Bereits im Juli fanden die Gürtelprüfungen statt und brachten die lobenswerten Erfolge der Prüflinge. Mit der ersten Trainingsaufnahme im September wurden die Urkunden hierzu mit der schriftlichen Anerkennung



Glückliche Gesichter der Kinder über die erfolgreiche Jiu-Jitsu Gürtelprüfungen mit Dojo-Leiter Kurt Müller (r.) und Übungsleiter Heiko Müller (l.). (Foto: Regensperger)

des Leistungsgrades und der damit zusammenhängenden Gürtelfarbe an die Kinder und Jugendlichen ausgehändigt. Eltern, die neben der Urkundenverleihung auch bei den Prüfungen anwesend waren, wie auch die Trainer Übungsleiter Heiko Müller und Dojo-Leiter Kurt Müller zeigten sich angetan von der Geschicklichkeit und dem Elan der Kinder, wie diese ihr Können dieser ehrwürdigen Kampfkunst des Jiu-Jitsu unter Beweis stellten. „Es ist eine gute Prüfung gewesen, die Techniken wurden beherrscht und man hat gemerkt, dass das Herz für Ju-Jitsu schlägt.“

Ferner wurden auch erfolgreiche Prüfungen der Erwachsenen abgelegt. Rainer Zacher bestach mit sei-

nen bekannt schnellen und präzisen Techniken im gehobenen Leistungsbereich und erkämpfte sich den 2. Kyu (blauen Gürtel). Robert Kühn und Andreas Weber komplettierten mit Erlangen des 4. Kyu (gelber Gürtel – Erwachsene) den Gesamterfolg der Abteilung.

Zur neuen Saison bietet das Dojo Osterhofen interessierten Erwachsenen einen dreiteiligen Schnupperkurs an. Dieser beinhaltet Selbstverteidigung, Deeskalation sowie Bewegungslehre zur mentalen Stärke und ist somit das Einstiegs-training in Selbst- und Aufmerksamkeitsregulation.

Dabei sind drei Schwerpunkte gesetzt. Erster ist die Einleitung in diese fernöstliche Kampfkunst mit

Notwehrbegriff und Bewegungslehre. Im zweiten Teil wird Selbstverteidigung im Clinch, in der Distanz und Bodenlage vermittelt. Den Abschluss bildet die Selbstverteidigung mit Gegenständen des täglichen Lebens, Vermeidungsstrategien, Deeskalation und Ansatz der kontemplativen Erfahrung von Jiu-Jitsu.

### Termine und Anmeldung:

Das Schnuppertraining findet jeweils montags am 26. September, 10. und 17. Oktober in der Zeit von 20 Uhr bis 21.30 Uhr in der Hallenbadturnhalle Seewiesen statt. Information und Anmeldung: [turnverein-osterhofen.de/abteilungen/jiu-jitsu](http://turnverein-osterhofen.de/abteilungen/jiu-jitsu).