

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 5 Elemente und deren Integrierung in das Karate-Training
- Kata-Bunkai unter Anwendung der Vitalpunkte in der Shotokan-Kata "Kanku-Dai"
- Einblicke in das Kuatsu und Akupressur in den Kampfkünsten

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

Selbstverteidigung mit Kyusho Jitsu

- Abwehr von Schlag- und Stoßtechniken, Festhalten und Würgen
- Abwehr von Angriffen mit einem gefährlichen Gegenstand (Stock, Messer etc.)
- Einblicke in das Kuatsu und Akupressur im Alltag



Termin : Sonnabend, den 15.08.2026
**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 werden zu Werbezwecken vom Verein verwendet. Bei Nichteinverständnis muss beim Veranstalter vor Beginn widersprochen werden.