

Kurse Selbstbehauptung / Selbstverteidigung

„Kurse für Privatpersonen (immer getrennt zwischen Frauen und Männer!) wie auch für Sicherheitskräfte“



Nicht nur in sozialen Brennpunkten kann es zu Übergriffen oder Konflikten kommen, jeder von uns kann in eine Situation kommen, die ohne Gewalt nicht lösbar scheint. Unsere Kurse sollen jungen Menschen, insbesondere jungen Mädchen jedoch die Chance zu geben, Konflikte oder sich anbahnende Übergriffe wenn möglich ohne Gewalt bereits im Vorfeld abzuwehren. Konflikte sollten wenn möglich vor der Eskalation entschärft werden, hierzu ist neben ruhigem und richtigem Verhalten, ein Lösen von der Opferrolle unerlässlich. Wir helfen ihnen dabei, ein

natürliches Selbstbewusstsein zu entwickeln und vor allem, von sich selbst im richtigen Maße überzeugt zu sein. Damit werden viele Konfliktpotenziale bereits entschärft. Ein Übergriff beginnt nicht erst mit einer Tätlichkeit, viele Verhaltensweisen, Reize und natürlich Kommunikation, verbaler und nicht verbaler Art, gehen dem voraus. Unsere Kurse setzen möglichst am Beginn an, um von vorn herein verschiedene Verhaltensweisen für einen Täter „unattraktiv“ zu wirken; letztlich suchen Täter zumeist Opfer und nicht potentielle Gegner. Sollte sich der Konflikt nicht prospektiv entschärfen lassen und unvermeidbar sein, so lernen die Teilnehmer sich entsprechend vorteilhaft zu positionieren, um im Falle der Eskalation nicht überrumpelt zu werden, sondern die Möglichkeiten einer realistischen Selbstverteidigung nutzen zu können. Sich seiner Haut zu erwehren beginnt jedoch nicht mit einem Kniestoß in den Genitalbereich des Angreifers, dafür wäre wohl kein Kurs nötig; es beginnt im Kopf und im Herzen. Hier setzt ein nicht unerheblicher Teil der Ausbildung an, die Interessenten vor allem geistig und moralisch auf eine Situation vorzubereiten, die hoffentlich nie eintreten wird, um dann angemessen und vor allem konsequent zu reagieren. Der praktische Teil der Selbstverteidigung basiert auf Techniken nicht nur aus dem Tatsu-Ryu-Bushido, sondern auch moderne Selbstverteidigungssysteme wie ESDO, Nippon-Jiu-Jitsu, Jeed Kune Do, Kali, Boxen und Ninjutsu. Auch Erfahrungen mit modernen Waffen und Strategien der Bundeswehr können wichtige Erfahrungen in diese Kurse ebenfalls einfließen lassen. Dazu werden auch Fingerhebeltechniken verwendet, diese ermöglichen es auch einer eher schwächigen Jugendlichen einen weitaus stärkeren und schwereren Angreifer abzuwehren. All diese Techniken sind mit dem Notwehrrecht absolut vereinbar, sodass niemand fürchten muss vom Opfer zum Täter gestempelt zu werden. Die Inhalte dieser Kurse sind für jung und alt, Männer und natürlich vor allem Frauen, problemlos anwendbar. Sollten Ihr Interesse geweckt worden sein, können Sie sich gerne bei uns erkundigen und sich bei speziellen Kurswünschen von uns beraten lassen.



Tatsu-Ryu-Bushido Info-Telefon:

 **0700-82878798** TATSURYU
TATSURYU TATSURYU TATSURYU

12,3 Cent pro Minute zur Hauptzeit und 6,2 Cent pro Minute in der Nebenzeit!

道

