

Lehrgang - Judobezogene Selbstverteidigung im HJV 1/2026

Datum: 29.03.2026 von 10:00 – 16:00 Uhr

Ort: Darmstadt
Blau-Gelb Darmstadt
Elisabeth-Selbert-Strasse 27, 64289 Darmstadt, Deutschland
(Ortsteil Kranichstein, Straße bis zum Ende durchfahren!)

Ausrichter: Hessischer Judo-Verband e. V.

Thema : Theorie: Gewaltdefinition, Ampelsystem, Angriffsvorzeichen, deeskalierendes Verhalten

Praxis: Umpositionierung & Strategiewechsel im Stand.
passive und aktive Abwehrtechniken Hand und Arm.
Atemi-, Wurf- und Kontrolltechniken.
Technik und Kombinationen zur Vorbereitung auf die Anforderungen des
Graduierungssystem DJB

Der HJV-Lehrgang "Judobezogene Selbstverteidigung (Judo-SV)" setzt sich aus mehrere Modulen zusammen, die jeweils in Theorie und Praxis behandelt werden.

Referenten: - *Eddi Van Thurenhout*, 6. Dan Ju-Jutsu, 4. Dan Judo, 1. DAN Kickboxen, Close Combat Instruktor, DOSB/DJJV A-Lizenz-Trainer Breitensport und Leistungssport, Fachwirt für Konfliktmanagement und Selbstverteidigung.

- *Michael Schmitt*, 4. Dan Judo, 5. Dan Jiu jitsu, 4. Dan Ju Jutsu, , DOSB/DJJV B-Lizenz Breitensport, Dan Referent HJV

Teilnehmer: Judoka ab 7. Kyu

Mitzubringen: Nachweis der Teilnahmeberechtigung
Bei technischen Schwierigkeiten helfen wir unter den unten angegebenen Kontaktdaten gerne weiter.
Die Anmeldung ist für alle Teilnehmer zwingend erforderlich.

Weitere Lehrgänge folgen.

Haftung: Eine Haftung jeglicher Art durch den Veranstalter ist ausgeschlossen.
Teilnehmer müssen für eine Unfall- und Haftpflichtversicherung selbst Sorge tragen.
Es gilt die HJV-Datenschutzordnung des HJV.
Soweit seitens des Veranstalters während der Veranstaltung zum Zweck der Veröffentlichung in Medien Fotoaufnahmen gemacht werden, wird dieses angekündigt.
Die Teilnehmer haben selbstverständlich das Recht, auf diesen Aufnahmen nicht zu erscheinen.

Eddi van Thurenhout
Referent für Breitensport des HJV
Beauftragter Judobezogene SV HJV