

Generationenlehrgang am 30.01.2016



Ein voller Erfolg war der "Generationenlehrgang" am vergangenen Samstag im PTSV Aachen. 148 (!) grosse und kleine Jujutsuka von 5 bis 77 Jahre tollten sich 4 Stunden auf der Matte und übten mit unterschiedlichen Grössen und Gürtelfarben verschiedene Techniken.

Jede Stunde wechselten die Referenten und zeigten im eigenen Stil kreative Aufwärmspiele, Grifflösen, Beingreiftechniken und Atemtechniken. Besonders die Kleinsten zeigten bis zum Schluss höchste Motivation und Vollgas, während die Älteren sich schon nach Speise und Dusche sehnten.

Spass kam definitiv bei keinem zu kurz und zeigte auch erfahrenen Sportlern andere Blickwinkel und die grosse Bandbreite des Ju-Jutsus.

**Vielen Dank an die Referenten und die Organisation!  
Wir freuen uns aufs nächste Mal.**



TV 1910 Girbelsrath e.V.

