

## KSV-Ju-Jutsu 1st Family and Friends Tag

Am Samstag den 07.09.2019 hatte die Ju-Jutsu Abteilung des KSV-Baunatal Eltern, Kinder und Partner/-innen der Sportler zum gemeinsamen Training eingeladen. Der Spaß an der Bewegung und das gemeinsame Erleben stand hierbei im Vordergrund.

Sechzig Family and Friends Teilnehmer kamen auf der Matte zusammen. Bei lustigen Aufwärmspielen lernten sich die kleinen und großen Sportler schnell kennen. Bei dem anschließenden Technikprogramm, hatten besonders die Kinder viel Spaß daran, ihren Eltern ihr Können zu demonstrieren. Auch die Erwachsenen hatten viel Freude daran, miteinander etwas Neues zu lernen.



- Foto (gemeinsames Aufwärmtraining)

Angeleitet wurde das Training von den vier Dan-Trägern. Besonders bemerkenswert war, dass sich alle Gurträger viel Zeit für die Neulinge nahmen und mit Begeisterung und Freude ihr Wissen weitergaben. Das zeigt einmal mehr, welch tolles Gemeinschaftsgefühl in unserer Abteilung herrscht. Wir achten aufeinander und bringen uns gegenseitig mit Spaß und Motivation weiter voran. So wurden gemeinsam Abwehrhandlungen gegen Schlagangriffe, sowie Befreiungen aus Festhaltesituationen trainiert.

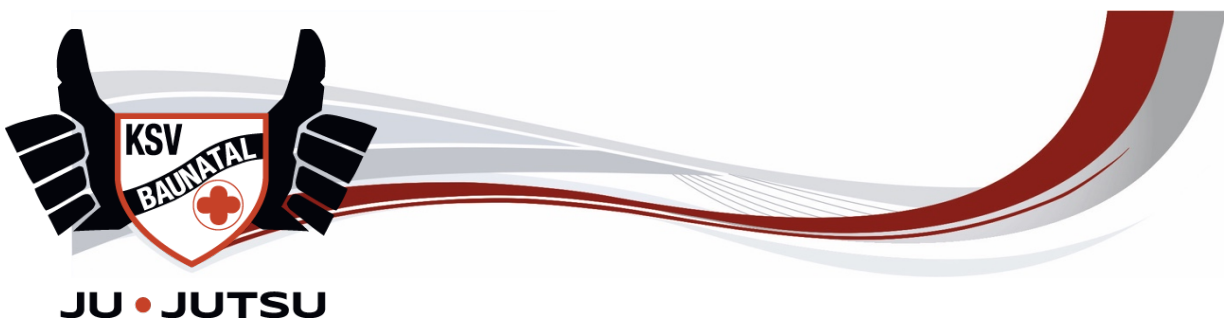
Nach dem intensivem Training wurde gemeinsam gegrillt und das schöne Spätsommerwetter bei guten Gesprächen genossen.

Anschließend gab es vielfältige Möglichkeiten wieder sportlich aktiv zu werden. Von verschiedenen kleinen Spielen bis hin zu einem freien Training auf der Matte. Es war eine Freude zu sehen, wie Kinder mit ihren Eltern, Ehepaare gemeinsam oder Freunde miteinander trainierten und Spaß hatten.

Die Begeisterung der Teilnehmer war so groß, dass dies nicht das letzte Event dieser Art bleiben wird. Eine Fortsetzung folgt.



- Foto (Gruppenbild der Teilnehmer)



Hessischer  
Ju-Jutsu  
Verband e.V.



DEUTSCHER JU • JUTSU  
VERBAND