

Presse-Einladung für den 4. November 2017:

LSB bildet Trainer und Übungsleiter für Selbstbehauptungskurse aus

Zu einem deutschlandweiten einmaligen Projekt haben sich die Thüringer Sportfachverbände der Sportarten Aikido, Taekwondo, Ju-Jitsu, Judo und Karate zusammengeschlossen. Gemeinsam mit dem Landessportbund Thüringen werden im Sporthotel Mühlhausen am Wochenende des 4. und 5. November elf Trainer und Übungsleiter aus Erfurt, Jena, Weimar und Meiningen im Bereich Selbstverteidigung fortgebildet. Schwerpunkt wird es sein, gemeinsam mit erfahrenen Trainern aus allen fünf Verbänden Techniken zu üben, um beispielsweise Angriffe im Schwitzkasten, Tritte oder Schläge abwehren zu können. Darüber hinaus werden die Teilnehmer über den Umgang mit besonderen Situationen informiert. Denn die Praxis zeigt, viele junge Frauen kommen in Selbstverteidigungskurse, um sich vor Situationen im Parkhaus, im Aufzug oder auf dunklen Straßen schützen und wehren zu können.

Nach dem Wochenende sollen in Thüringer Vereinen verstärkt Selbstbehauptungskurse für Frauen und Männer angeboten werden. Denn: Sich vor Gewalt zu schützen stellt ein wichtiges Grundbedürfnis eines jeden Menschen dar. Dafür besuchen immer mehr Frauen und Männer Selbstverteidigungskurse. Sie möchten dort lernen, Gefahren zu vermeiden, gefährliche Situationen zu erkennen und sich im Notfall zur Wehr zu setzen. Kurstermine oder Kursanfragen können beim Landesportbund Thüringen gestellt werden.

Medienvertreter sind am 4. November ab 13.30 Uhr herzlich zur Berichterstattung ins Sporthotel Mühlhausen (Kasseler Straße 5, 99974 Mühlhausen/ Squash-Feld) eingeladen.