

**Montag, 6.7.2020,
17.30 - 20.30 Uhr
Nordschule Jena**

**SV-Lehrgang mit
Dr. Ken Oesterreich**

Was tun bei Überraschungsangriffen?

Abends unterwegs, an der Bushaltestelle oder am Bahnhof warten, im Club, auf dem Schulhof oder im Beruf - immer wieder berichten die Medien oder Menschen aus dem Bekanntenkreis von überraschenden Übergriffen. Kaum jemand weiß, was in so einer Situation zu tun ist.

Dr. Ken Oesterreich weiß, worauf es beim Selbstschutz ankommt: Er zeigt und trainiert mit

uns einfache Übungen, die garantiert im Ernstfall greifen, die auch jeder einfach erlernen kann - ganz ohne Vorkenntnisse in Kampfsportarten.

- **Dem Angreifer keine Plattform bieten**
- **Fallen - auch auf Asphalt & Co.**
- **Angriffe „ins Leere“ laufen lassen**
- **Wenn's doch eng wird - Schwitzkasten**
- **Sich selbst am Boden noch behaupten**

ZUR PERSON

Dr. Ken Oesterreich studierte an der TU Chemnitz sowie an der University of Otago/Neuseeland. Er promovierte im Bereich Amerikanischer Kulturstudien. Er ist offizieller europäischer Repräsentant des weltweit größten Trainernetzwerks Todd Group für polizeiliche und militärische Zugriffslösungen mit regelmäßigen Arbeitsaufenthalten in Großbritannien, Neuseeland und Tansania.

KOSTEN

Mitglieder des Shotokan Dojo Jena e.V. und des Seishinkai Jena nehmen kostenfrei teil.
Alle anderen Teilnehmer: 20 EUR pro Person

ANMELDUNG

Ingo Brandenburg, E-Mail: i.brandenburg@gmx.de,
Mobil 0173-2017851, Messenger (Shotokan Dojo Jena e.V.) [facebook.com/shotokan.jena](https://www.facebook.com/shotokan.jena)



Veranstalter: Shotokan Dojo Jena e.V. · www.shotokan-dojo-jena.de
Geschäftsstelle: Annett Börner Dammstr. 42 · 07749 Jena · 03641/420215