

Workshop Nr.15    Ju Jitsu - Sport und Selbstverteidigung  
Vormittag

---

**Beschreibung:**

Hat es dich schon immer Wunder genommen, wie in einer Kampfsportart trainiert wird? Dann pack die Chance und melde dich für den Schnupper-Workshop "Ju Jitsu - Sport und Selbstverteidigung" an. Im Original-Dojo (Trainingsraum) in Zug wirst du von Profi Charly Allenbach in die Selbstverteidigung eingeführt!

**Anzahl Teilnehmer(innen):** 12 Jugendliche

**Verantwortliche Sportkursleiter:** Charly Allenbach,  
Steinhausen

**Verantwortliche Lehrpersonen:** Sigi von Däniken  
Claudia Arnold

**Kurszeit:** 09.00 bis 11.30h

**Besammlungsort:** 8.30 Uhr Veloständer roter Platz (FH1+2),  
anschliessend fahren wir gemeinsam mit  
dem Velo nach Zug (Dojo Kirchmatt).

**Spezielle Ausrüstung:**

Funktionstüchtiges Velo mit Vignette, Velohelm,  
bequeme Sportkleider (lange Trainerhose und T-Shirt).  
Es wird barfuss trainiert. Falls jemand einen Judoanzug  
hat: mitbringen! ☺

**Notfallnummer Schule:** 079 546 52 03

**Weitere Anweisungen/Spezielles:**

Anständiges und faires Verhalten sowie korrektes  
Fahrverhalten im Strassenverkehr ist Ehrensache!

Bitte wende dich bei weiteren Fragen an den  
verantwortlichen Sportkursleiter, die verantwortliche  
Lehrperson oder das Sportteam!!!