

Menü

- Startseite
- Ausschreibungen
- Berichte
- Bildergalerien
- Leitbild
- Fachbeiträge
- Lehrunterlagen
- Techniken
- Links
- Kontakte
- Landesverbände
- Lehrteam
- DJJV e.V.
- Termine
- Gewaltpräev.
- Impressum



Gästebuch

Newsletter



Bundesjugendlehrgang in Bietigheim-Bissingen mit Andy Güttner

Bereits zum sechsten Mal fand zum Ende des Jahres in Bietigheim-Bissingen der traditionelle Bundesjugendlehrgang statt. Über 50 Teilnehmer zwischen 8 und 16 Jahren fanden bereits samstags morgens um 10:00 Uhr den Weg in die Sporthalle um Andy Güttner, 4. Dan Ju-Jutsu im Bietigheim erleben zu dürfen.

Als anspruchsvolle Themen standen dieses Jahr „SV mit dem Stock“ sowie „Kombinationen mit Spaß“ auf dem Programm. Bereits das Aufwärmprogramm hatte es in sich. Den natürlichen Bewegungsdrang der zumeist jüngeren Teilnehmer leitete Andy mit turnerischen Elementen sowie Übungen aus dem Capoeira in geordnete Bahnen und sorgte so für die nötige Grundtemperatur bei den Kids. So konnte Andy danach gleich in den ersten Teil einsteigen, der verschiedene Ju-Jutsu Kombinationen beinhaltete, die neben dem lehrreichen Inhalt auch noch viel Spaß brachten. Einem möglichen Angreifer wurde über mancherlei listige Abwehrtechniken mit überraschendem Ausgang gezeigt wo es langgehen kann wenn er sich mit einem cleveren Ju-Jutsuka anlegt. Auch wenn der Größenunterschied mehr als 2 Köpfe betrug konnte Andy anschaulich machen, wie die Technik funktioniert.

Nach der wohlverdienten Pause wärmte Andy Güttner alle zuerst wieder einmal auf, wobei er hier gleich den Stock in die Übungen mit einbezog. Die nachfolgenden SV-Techniken mit dem Stock gelangen bei fast allen Teilnehmern erstaunlich gut, da Andy die Aufmerksamkeit mit Augenzwinkern und Witz besonders auf die kleinen Details lenkte, die die Techniken im Zweifelsfall auch erst funktionieren lassen. Gemeinsam konnten die Prinzipien bei der Verteidigung mit dem Stock erarbeitet werden und alle verstanden schnell welche Abläufe der Referent ihnen näher bringen wollte. Durch seine fröhliche und lustige Art hatte Andy die Lacher immer schnell auf seiner Seite. Und nicht vergessen: Auch nach einer guten Verteidigung muss man immer „eine gute Figur“ machen.

Leider verflog die Zeit viel zu schnell. Zum guten Schluss gab Andy noch einmal eine Zusammenfassung des bisher erlernten bevor er seinen verdienten, langen Applaus entgegennehmen durfte. Am Ende waren sich alle einig; das war wieder ein toller Lehrgang in Bietigheim.

Robin Neitzel

[Zurück](#)