Rückblick und Ausblick

Das zweite Halbjahr verlief für die Ju-Jutsuka ein bisschen ruhiger als die Vormonate – es gab weder Lehrgänge noch Gürtelprüfungen. Dafür wurde umso intensiver trainiert. Die Beteiligung in den Trainingsstunden durchweg gut, und sowohl die jungen als auch die erwachsenen Ju-Jutsuka waren mit viel Engagement und Spaß bei der Sache. So konnte weiterhin an Technik, Kondition und Selbstverteidigung gearbeitet und Kenntnisse gefestigt werden - eine solide Grundlage für künftige Prüfungen und Lehrgänge.

Ein Blick nach vorn zeigt, dass in den kommenden Wochen wieder ein paar schöne Termine bevorstehen: Am 13. Dezember findet die Weihnachtsfeier unserer Kindergruppe statt, gefolgt von der Weihnachtsfeier der Erwachsenen am 14. Dezember.

Außerdem ist für den 26. Februar 2026 unsere nächste Abteilungsversammlung geplant, zu der wir alle Mitglieder schon jetzt herzlich einladen.

Da Ju-Jutsu eine sehr spannende und abwechslungsreiche Sportart ist, lohnt sich ein kurzer Blick darauf, wie diese vielseitige Kampfsportart überhaupt entstanden ist und was sie bis heute ausmacht.

Ju-Jutsu ist eine moderne Kampfsportart mit traditionellen Wurzeln. Sie entstand Ende der 1960er Jahre in Deutschland, als Polizei, Militär und Kampfsportexperten nach einem effektiven, praxisnahen Selbstverteidigungssystem suchten. Dabei wurden Techniken aus Judo, Karate und Aikido miteinander kombiniert, um ein vielseitiges System zu schaffen, das in realen Selbstverteidigungssituationen funktioniert. 1969 wurde der Deutsche Ju-Jutsu-Verband gegründet – der Beginn einer Erfolgsgeschichte, die Ju-Jutsu bis heute zu einer anerkannten und beliebten Sportart gemacht hat.

Die Abwehr von Schlägen, z.B. mit einem Stock, ist nur ein Aspekt beim Ju-Jutsu

Auch in unserer Abteilung steht diese Vielseitigkeit im Mittelpunkt. Ju-Jutsu vereint Schlag-, Tritt-, Wurf- und Bodentechniken, aber ebenso Werte wie Fairness, Respekt und Selbstbeherrschung. Ob jung oder alt, Einsteiger oder Fortgeschrittene – jeder kann bei uns trainieren, seine Fitness verbessern und lernen, sich selbst zu verteidigen. Dabei legen wir großen Wert auf ein gemeinschaftliches Miteinander und darauf, dass der Spaß am Training nicht zu kurz kommt.

Wer Interesse hat, Ju-Jutsu einmal kennenzulernen, ist herzlich eingeladen, bei einem unserer Trainings vorbeizuschauen – zum Zuschauen, Mitmachen oder einfach, um sich ein Bild von unserem Sport und der Abteilung zu machen.

Wir hoffen auf schöne und gesunde letzte Monate in diesem Jahr und freuen uns auf das Jahr 2026.

Mit sportlichen Grüßen
Annette Milkereit