



„Dojo Fudoshin“
im
Polizeisportverein Leipzig
e.V.

Ansprechpartner

Karsten Sydow

Telefon

0163 - 3019486

Internet

www.dojo-fudoshin-leipzig.de

E-Mail

Jiu Jitsu

info@jiujitsu-leipzig.de

Modern Arnis

info@arnis-leipzig.de



Weitere Informationen
zum
Polizeisportverein Leipzig e.V.
www.polizeisportverein-leipzig.de

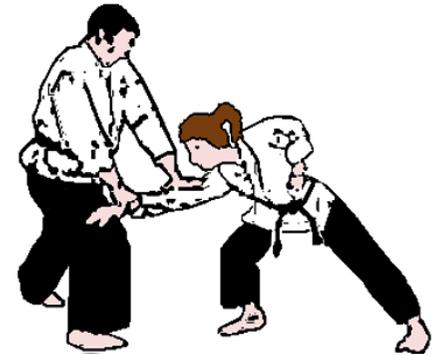
und zum
kostenlosen

Schnuppertraining

www.dojo-fudoshin-leipzig.de

Wir trainieren
in der
Sporthalle der
Käthe-Kollwitz-Schule
Karl-Vogel-Str. 17-19
04318 Leipzig
Eingang: Roßbachstraße

Polizeisportverein Leipzig e.V.
Dojo Fudoshin



**Jiu Jitsu
&
Modern Arnis**



Freizeitsport
Kampfkunst
Selbstverteidigung

Jiu Jitsu

Jiu Jitsu ist eine traditionelle japanische Kampfkunst – die Form der waffenlosen Selbstverteidigung.

Durch die Vielfalt der Techniken ist **Jiu Jitsu** von jedermann erlernbar.

Im Vordergrund unseres Trainings steht nicht nur die Selbstverteidigung, sondern auch ein fitness- und gesundheitsorientierter Freizeitsport für Körper und Geist.

Jiu Jitsu bietet vor allem für Kinder und Jugendliche gute Voraussetzungen, ihre athletischen und koordinativen Fähigkeiten zu verbessern.



Modern Arnis

Egal ob mit Stock, traditionellen Waffen oder auch waffenlos - bei den philippinischen Kampfkünsten **Modern Arnis** und **Mano Mano** (zusammen **Kombatan**) sind der Vielfalt keine Grenzen gesetzt.

Durch das beidseitige Training verbessern sich Fitness, Koordination, Reaktionsschnelligkeit und Konzentration. Neben der sportlichen Betätigung und dem Erlernen von Techniken zur Selbstverteidigung kommt auch der Spaßfaktor nicht zu kurz, was besonders für Kinder und Jugendliche ein Ansporn ist, allein und im Team aktiv zu sein.

Erlernen kann man **Modern Arnis** und **Mano Mano** übrigens in jedem Alter.



Wir trainieren

Jiu Jitsu

Jugendliche

(ab 12 Jahre)

Dienstag

18:00 - 19:30 Uhr

Erwachsene

Mittwoch + Freitag

19:15 - 21:15 Uhr

Dienstag

(ungerade Kalenderwoche)

19:35 - 21:15 Uhr

Modern Arnis

Kinder/Jugendliche

(ab 7 Jahre)

Montag + Donnerstag

17:15 - 19:00 Uhr

Erwachsene

(ab 16 Jahre)

Montag + Donnerstag

19:15 - 21:15 Uhr

Dienstag

(gerade Kalenderwoche)

19:35 - 21:15 Uhr

Unsere Trainingsgruppen werden von erfahrenen, langjährigen Übungsleitern betreut.