



## SELBSTVERTEIDIGUNG

Unser Selbstverteidigungstraining ist die bewusste Entscheidung für eigenverantwortliches Handeln und gegen angstgeprägte Verhaltensmuster. Wir können nicht unbedingt beeinflussen was uns widerfährt, aber es ist unsere bewusste Entscheidung, wie wir damit umgehen. Erlernete Selbstverteidigungstechniken stärken das Selbstvertrauen und die Ausstrahlung von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen. Unsere Trainingsgruppen werden von hervorragend qualifizierten Trainern geleitet und bieten ein partnerschaftlich motivierendes Trainingsklima.



**1. GODESBERGER  
JUDO CLUB e.V.**

Im Gries 48 • 53179 Bonn  
Telefon 02 28. 34 29 55  
info@gjc.de • www.gjc.de

## UNSER TRAININGSKONZEPT

---

- **Ninjutsu (Bujinkan Ninpō Budō Taijutsu)** entstand aus neun Kampfschulen, deren Traditionen z.T. bis nach China reichen und Jahrtausende umspannen. Dieses komplette Selbstschutz- und Selbstverteidigungssystem trainiert Techniken gegen bewaffnete und unbewaffnete Angriffe. Mentoren der Gruppe sind Brinley Morgan und Natascha Tomarkin-Morgan, beide 15. Dan.
- **Goshin-Jitsu** kombiniert die effektivsten Techniken von Aikido, Judo und Karate. Goshin-Jitsu ist damit eine moderne Form des traditionellen japanischen Jiu-Jitsu. In Kombination entsteht ein eigenständiges wirkungsvolles Selbstverteidigungssystem mit dem Ziel, einen Angreifer schnellstmöglich kampfunfähig zu machen und seine Waffen zu kontrollieren. Diese Techniken werden u. a. von den Polizeien beim Bund und in den Ländern eingesetzt.

## TRAINER NINJUTSU:

---

- **Mike Schindewolf**, 15. Dan
- **Axel Sulzer**, 10. Dan
- **Patrick Isaza**, 4. Dan
- **Christian Haberlandt**, 4. Dan

## TRAINER GOSHIN-JITSU:

---

- **Thorsten Aurisch**, 5. Dan Goshin-Jitsu
- **Thomas Hampf**, 2. Dan IMAF

