

**Die Ju-Jutsu-Abteilung der Turnerschaft Harburg  
bietet einen 8-stündigen Selbstverteidigungskurs für  
Sehbehinderte und Blinde an.**

Der Kurs findet am  
**Samstag, den 05.07.2025, von 10-14 Uhr**  
und  
**Sonntag, den 06.07.2025, von 10-14 Uhr**  
**im Fitnesszentrum der Turnerschaft Harburg,**  
**Vahrenwinkelweg 39, 21075 Hamburg**  
statt.

Der Kurs wird nach dem Ampelprinzip des DJJV durchgeführt und ist auf Blinde und hochgradig Sehbehinderte ausgerichtet.

Inhalte in Theorie und Praxis in Bereichen der

**Gewaltprävention, Selbstbehauptung und Selbstverteidigung**

werden teilnehmergerecht vermittelt.

Vorkenntnisse sind nicht notwendig.

Eine Abholung an der S-Bahnstation Harburg Rathaus ist möglich.

Die Kursgebühr beträgt: 90 €

Kursleiter:

Trainer B Ju-Jutsu  
Thomas Menzel und Gabriela Rindt.

Weitere Informationen:

[info@ju-jutsu-tsh-online.de](mailto:info@ju-jutsu-tsh-online.de)  
[www.ju-jutsu-tsh-online.de](http://www.ju-jutsu-tsh-online.de)

Anmeldung über Tel.: 040 33 42 76 40

